EP 0 545 014
U.S.Patent No. 5,415,176
U.S.Patent No. 6,473,641
U.S.Patent No. 6,477,409
U.S.Patent No. 6,480,736
U.S.Patent No. 6,487,445
U.S.Patent No. 6,532,385
U.S.Reissue Patent No. 37,954
Other patents pending

Representative
Tanita Europe B.V.
Holland Office Centre. Kruisweg 813-A
2132NG Hoofddorp, the Netherlands
Tel: +31 (0)23-5540188
Fax: +31 (0)23-5579065
www.tanita.eu

Business Location in UK
The Barn, Philpots Close, Yiewsley,
Middlesex, UB7 7RY,
United Kingdom
Tel: +44 (0)1895-438577
Fax: +44 (0)1895-438511

Manufacturer
Tanita Corporation
1-14-2, Maeno-Cho, Itabashi-ku,
Tokyo, Japan 174-8630
Tel: +81(0)-3-3968-2123
Fax: +81(0)-3-3967-3766
www.tanita.co.jp
ISO 9001 Certified

Tanita Corporation of America Inc.
2625 South Clearbrook Drive
Arlington Heights, IL 60005 USA
Tel: +1-847-640-9241
Fax: +1-847-640-9261
www.tanita.com

Tanita Health Equipment H.K. Ltd.
Unit 301-303 3/F Wing On Plaza
62 Mody Road, Tsimshatsui East
Kowloon, Hong Kong
Tel: +852 2838 7111
Fax: +852 2838 8667

Tanita India Private Limited
Level 9, Platina, C-59, G Block
Bandra Kurla Complex, Bandra East,
Mumbai 400051, INDIA
Tel: +91-22-3953-0507
Fax: +91-22-3953-0604

BC5587801(3)

TANITA®

IRONMAN™

InnerScan™

Body Composition Monitor



Model : BC-558

GB Instruction Manual
Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.

D Bedienungsanleitung
Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

F Mode d’emploi
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

NL Gebruiksaanwijzing
Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.

I Manuale di Istruzioni
Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.

E Manual de instrucciones
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.

P Manual de instruções
Leia cuidadosamente este manual e guarde-o para futura referência.

GB Table of Contents

D Inhaltsverzeichnis

F Table des matières

NL Inhoudsopgave

I Indice

E Índice de materias

P Tabela de conteúdo

INTRODUCTION

Thank you for selecting a Tanita Ironman Body Composition Monitor. This monitor is one in a wide range of home healthcare products produced by Tanita.
This Instruction Manual will guide you through the setup procedures and outline the key features. Please keep it handy for future reference. Additional information on healthy living can be found on our website www.tanita.com.
Tanita products incorporate the latest clinical research and technological innovations.
All data is monitored by our Tanita Medical Advisory Board to ensure accuracy.
Actual measurements made by the BC-558 include weight and impedance. Based upon these measured values, values are calculated for: total and segmental body fat percentage, body water, total and segmental muscle mass, physique rating, bone mass, visceral fat rating with healthy range, basal metabolic rate (BMR) and metabolic age.

Note: Read this Instruction Manual carefully and keep it handy for future reference.

⚠ Safety Precautions

Note that people with an electronic medical implant, such as a pacemaker, should not use a Body Composition Monitor as it passes a low-level electrical signal through the body, which may interfere with its operation.
Pregnant women should use the weight function only. All other function are not intended for pregnant women.
Do not place this monitor on slippery surfaces such as a wet floor.
Recorded data may be lost if the monitor is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data. Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by the monitor, or any kind of claim made by a third person.

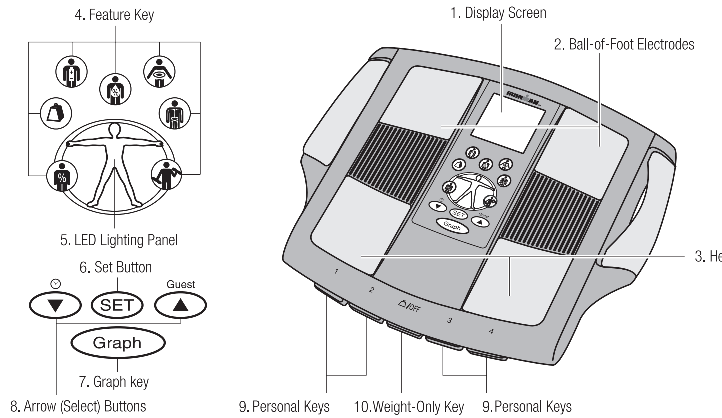
Important Notes for Users

This Body fat monitor is intended for adults and children (ages 7-17) with inactive to moderately active lifestyles and adults with athletic body types.
Tanita defines "athlete" as a person involved in intense physical activity of approximately 10 hours per week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less. Tanita's athlete definition includes "lifetime of fitness" individuals who have been fit for years but currently exercise less than 10 hours per week. The body fat monitor function is not intended for pregnant women, professional athletes or bodybuilders.
Recorded data may be lost if the unit is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data.
Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by these units, or any kind of claim made by a third person.

Note: Body fat percentage estimates will vary with the amount of water in the body, and can be affected by dehydration or over-hydration due to such factors as alcohol consumption, menstruation, illness, intense exercise, etc.

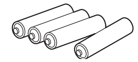
FEATURES AND FUNCTIONS

Measuring Platform

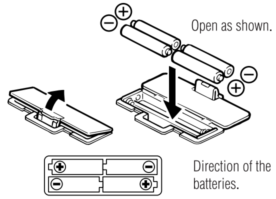


Accessories

11. AA-Size Batteries (4)



PREPARATIONS BEFORE USE

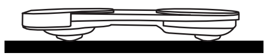


⚠ Inserting the Batteries

Open the battery cover on the back of the measuring platform. Insert the supplied AA-batteries as indicated.

Note: Be sure that the polarity of the batteries is set properly. If the batteries areincorrectly positioned the fluid may leak and damage floors. If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the batteries before storage.

Please note that the included batteries from factory may have decreased energy levels over time.



⚠ Positioning the Monitor

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

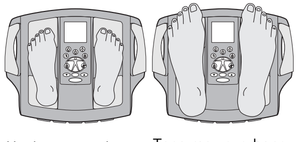
Note: To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.

Handling Tips

This monitor is a precision instrument utilizing state-of-the-art technology.
To keep the unit in the best condition, follow these instructions carefully:

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Store the unit horizontally, and place it so that the buttons will not be pressed accidentally.
- Avoid excessive impact or vibration to the unit.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner (applied to a cloth first) to keep them shiny; avoid soaps.
- Do not step on the platform when wet.
- Do not drop any objects onto the platform.
- Do not carry the unit by holding the hand-electrodes.
- Do not release the hand-electrodes until the cable is completely retracted into the unit.
- Do not pull the cable more than red mark.

GETTING ACCURATE READINGS



Heels centered on electrodes

Toes may overhang measuring platform

Note: An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

To ensure accuracy, readings should be taken without clothing and under consistent conditions of hydration. If you do not undress, always remove your socks or stockings, and be sure the soles of your feet are clean before stepping on the measuring platform. Be sure that your heels are correctly aligned with the electrodes on the measuring platform. Don't worry if your feet appear too large for the unit accurate readings can still be obtained if your toes overhang the platform.
It is best to take readings at the same time of day. Try to wait about three hours after rising, eating, or hard exercise before taking measurements.
While readings taken under other conditions may not have the same absolute values, they are accurate for determining the percentage of change as long as the readings are taken in a consistent manner. To monitor progress, compare weight and body fat percentage taken under the same conditions over a period of time.

AUTOMATIC SHUT-DOWN FUNCTION

The automatic shut-down function shuts off the power automatically in the following cases:

- If you interrupt the measurement process. The power will shut down automatically within 10 to 20 seconds,
- depending upon the type of operation.
- If an extreme weight is applied to the platform.
- During programming, if you do not touch any of the keys or buttons within 60 seconds.*
- After you have completed the measuring process.

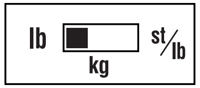
***Note:** If the power shuts off automatically, repeat the steps from "Setting and Storing Personal Data in Memory" (p.4).

SWITCHING THE WEIGHT MODE **Note:** For use only with models containing the weight mode switch

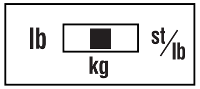
You can switch the unit indication by using the switch on the back of the scale as shown in the figure.

Note: If weight mode is set to pounds or stone-pounds, the height programming mode will be automatically set to feet and inches. Similarly, if kilograms is selected, height will be automatically set to centimetres.

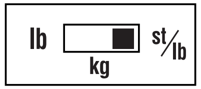
lb (pounds)



kg (kilograms)



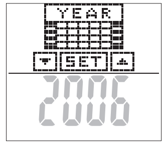
st-lb (stone pounds)



SETTING (RESETTING) DATE AND TIME

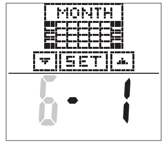
1. Set Year

Press and hold the ⏲/Down button for 3 seconds to turn on the unit.
Press the ▲ or ▼ buttons to set year and then press SET button.
The unit will beep once to confirm.
(Applicable year: 2006-2050)



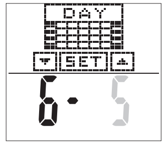
2. Set Month

Press the ▲ or ▼ buttons to set month and then press the SET button.
The unit will beep once to confirm.



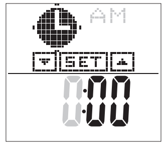
3. Set Day

Press the ▲ or ▼ buttons to set day and then press the SET button.
The unit will beep once to confirm.



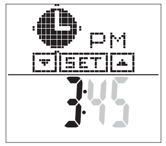
4. Set Hour

Press the ▲ or ▼ buttons to set hour and then press the SET button.
The unit will beep once to confirm.



5. Set Minute

Press the ▲ or ▼ buttons to set minute and then press the SET button.
The unit will beep twice to confirm the programming.
The unit will then shut down automatically.

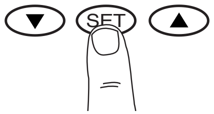


Note :

- **If you change the date to a date prior to the current date, all tracking data for all users will be lost.**
- After you replace the batteries, repeat step 1 – 5 on "SETTING (RESETTING) DATE AND TIME. Replacing the batteries will cause the loss of date and time settings.
- 60 seconds or more of inactivity will cause automatic shut off during this process. No data will be saved as a result.
- If you make a mistake or wish to turn the unit off before you complete the programming, press the OFF button to turn the unit off. No data will be saved as a result.
- If you press (not press and hold) the ⏲/Down button, you can see the current date and time on the display.

SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY

You will receive readings only if data has been programmed into one of the personal data memories or the Guest mode.
The monitor can store personal details for up to 4 people.

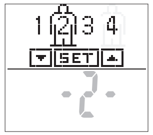


1. Turn on the Power

Press the Set button to turn on the unit (once programmed, tapping a Personal Key turns on the unit.) The unit will beep to confirm activation, the Personal Key numbers (1,2,3,4) will be displayed, and the display will flash.

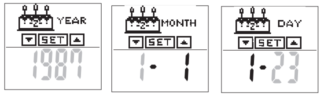
Note: If you don't operate the unit for sixty seconds after the unit has been turned on, the unit will turn off automatically.

Note: If you make a mistake or want to turn the unit off before you have finished programming it, press the Weight-Only Key ( ) to force quit.



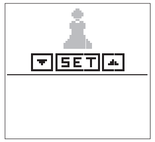
2. Select a Personal Key Number

Press the Up/Down buttons to select a Personal Key. Once you reach the Personal Key number you wish to use, press the Set button. The unit will beep once to confirm.



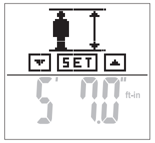
3. Set your Birthday

Set the date of your birthday (Year / Month / Day) using ▲ or ▼ buttons. Press the SET button to confirm at each programming.
The unit will beep once to complete the programming.
Note: The age range is 7 – 99 years old.



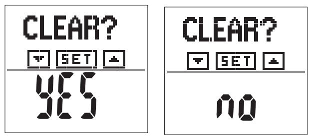
4. Select Female or Male

Use the Up/Down buttons to scroll through Female ( ) or Male ( ), Female/Athlete (/) and Male/Athlete (/) settings, then press the Set button.
The unit will beep once to confirm.
Athlete Mode : See explanation for use on P.1.



5. Specify the Height

The display defaults to 5' 7.0" (170cm) (range of user is from 3' 40'–7' 3.0", 100cm – 220cm). Use the Up/Down buttons to specify Height and then press the Set button.
The unit will beep twice and your programmed data will be displayed to confirm.
The power will then shut down automatically.

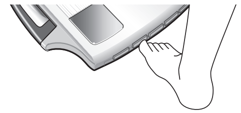


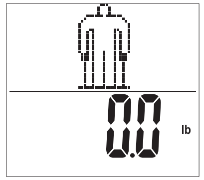
Note : When you change the birthday and/or gender, the unit will show "CLEAR".If you select "YES" using Up/Down buttons, the existing personal data and tracking data will be deleted. If you select "NO" using Up/Down buttons, no new data will be saved (existing data will be unchanged) then the unit will be shut off.

TAKING BODY COMPOSITION READINGS

1. Select Personal Key and Step On

Using your toe, tap your pre-programmed Personal Key.



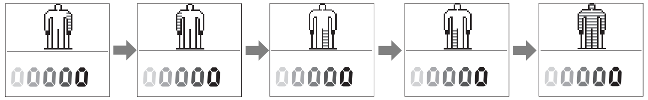


The unit will beep and the display will show the programmed data.

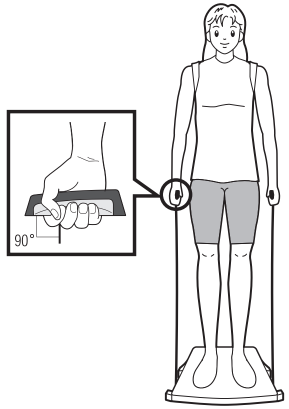
The unit will beep again and the display will show "0.0". Now pull out the hand-electrodes, hold with arms straight down and step onto the platform.

Note: Remember no shoes or socks.

The display will show in the order below during the body fat % measurement.
The unit will beep twice to complete the measurement.



Note:
- **Please grip the handle-electrode as shown, using a light-firm pressure.**
- Place your hands on your side, and do not move until measurement is completed.
- If you step onto the platform before "0.0" appears, the display will show "Error" and you will not obtain a reading.
  Furthermore if you do not step onto the platform within about 60 seconds after "0.0" appears, the power is shut off automatically.
- Keep your arms in straight up and down while making sure that you do not touch your legs or anypart of your body with your arms or hands.



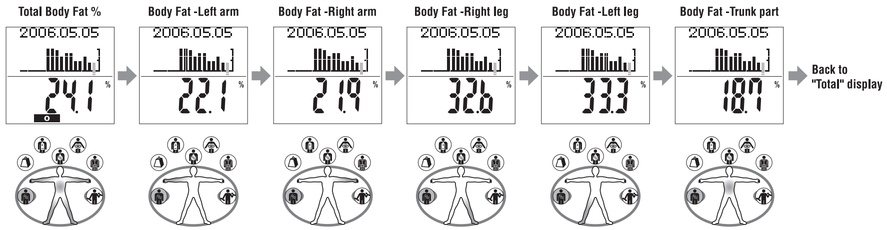
2. Get Your Readings: Auto Display Process

After the measurement is taken, the display will automatically show the current result with the date and LED icon guide in the order of Weight ➡ Body Fat % (Left Arm) ➡ Body Fat % (Right Arm) ➡ Body Fat % (Right Leg) ➡ Body Fat % (Left Leg) ➡ Body Fat % (Trunk part) ➡ Weight.
(Please refer "Daily, Weekly and Monthly Graph Function" about the graph.)
Please step off from the scale.

Note: The unit will automatically shut off after 30 seconds of displaying result with inactivity.
If you press button(s) while the current result is being displayed, the following information will appear.
Note: If there is significant difference between the current and previous results, "SAVE?" will be displayed. You can select "YES" or "NO" using arrow buttons.
YES: The current result will be stored.
NO: The current result will not be stored.
Note: If your age reaches 100 years old or more, the only weight result will be displayed.
And the "AGE ERROR" will appear on the display when you press feature buttons except the weight button.
Note: For children (age 7-17), the unit will only display the Weight and the Body Fat %.

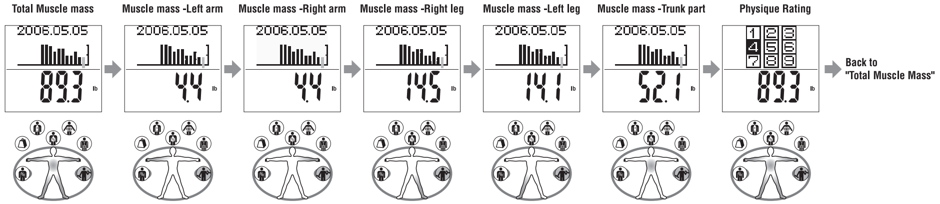
Body Fat %:

Applicable age: 7-99.
Press icon botton continually to display readings in the order listed below.



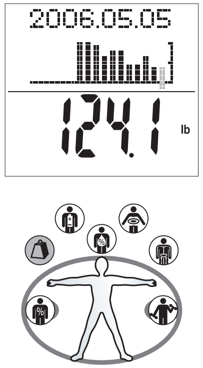
Muscle Mass:

Applicable age: 18-99.
Press icon botton continually to display readings in the order listed below.



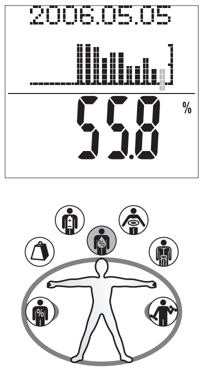
Weight

Applicable age: 7 or over.



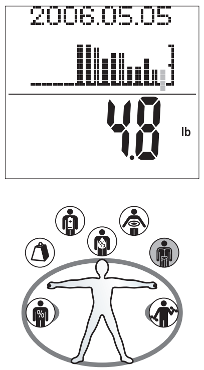
Body Water %

Applicable age: 18-99.



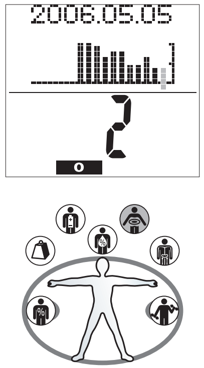
Bone mass

Applicable age: 18-99.



Visceral Fat

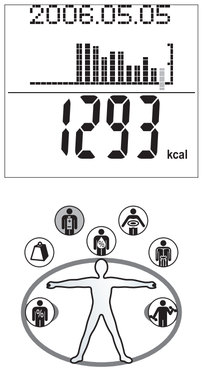
Applicable age: 18-99.



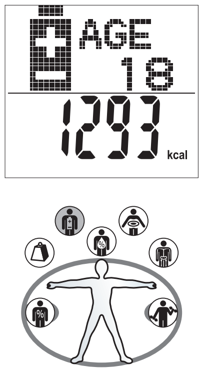
BMR & Metabolic Age

Applicable age: 18-99.
You press this button then automatically display in the order below for the first time. You may press same button again to obtain each reading.

BMR



Metabolic Age



3. Daily, Weekly and Monthly graph Function

•During the current result is being displayed…

After completion of measurement, current result and daily graph will be displayed.

If you press the "GRAPH" button while current result is displayed, the display will change to Daily ➡ Weekly ➡ Monthly Graph.

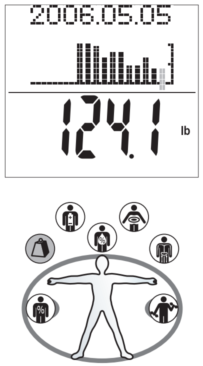
Use ▲ or ▼ button to go back to the past result.

•While the scale is off…

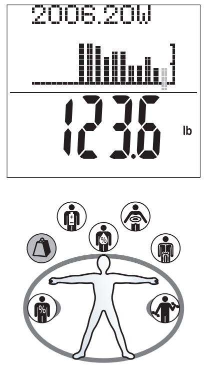
If you press your personal number button and then the "GRAPH" button while the scale is off, the display will show the daily graph with the most recent result.

If you press the "GRAPH" button again, the display will change to Daily ➡ Weekly ➡ Monthly Graph and go back to Daily Graph.

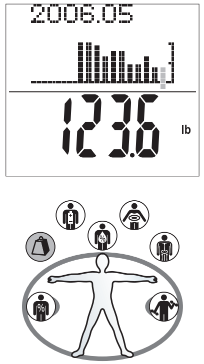
Use ▲ or ▼ button to go back to the past result.



Daily Graph



Weekly Graph

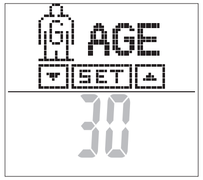


Monthly Graph

Note:

- The Graph will be shown Calendar date for Daily Graph, 52 weeks for Weekly Graph, and 36 months for Monthly Graph.
- If there is no tracking data, the GRAPH button is not available.
- If you wish to turn the unit off before automatic shut off, press the OFF button.
- If you change your birthday and gender in personal data, your tracking data will be deleted.

PROGRAMMING THE GUEST MODE

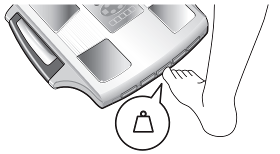


Guest mode allows you to program the unit for a one-time use without resetting a Personal data number.Press ▲ button to activate the unit.
Then follow the steps: Set Age, Select Female or Male, and Specify Height.

Note: If you step onto the platform before "0.0" appears the display will show "Error" and you will not obtain a reading.

Note: Applicable age: 7-99.

TAKING WEIGHT MEASUREMENT ONLY



Select Weight-Only Key

Using your toe, tap the Weight-only key. After 2 or 3 seconds, "0.0" will appear in the display and the unit will beep. When "0.0" appears in the display, step onto the platform. The body weight value will appear. If you remain on the platform, the display will flash for about 30 seconds, and then the power will automatically turn off. If you step off the platform, the weight will continue to show for about 30 seconds then the unit will shut off automatically.

TROUBLE SHOOTING

If the following problems occur …then…

• A wrong weight format appears followed by kg, lb, or st-lb.

Refer to Switching the Weight Mode on p.3.

• "Lo" appears on the display, or all the data appears and immediately disappears.

Batteries are low. When this message appears, be sure to replace the batteries immediately, since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new AA-size batteries.

Note: Your settings will not be erased from the memory when you remove the batteries.

• "NO RECORD" appears on the display.

Your personal data has not been programmed. Please follow programming instructions on p.4.

• "Error" appears while measuring.

Please stand on the platform keeping movement to a minimum.
The unit cannot accurately measure your weight if it detects movement.
The Body Fat Percentage is more than 75%, readings cannot be obtained from the unit.

• The Body Fat Percentage reading does not appear or "-----" appears after the weight is measured.

Make sure socks or stockings are removed, and the soles of your feet are clean and properly aligned with the guides on the measuring platform.

• "Loading…" appears on the display.

The data is being loaded. Please wait for a moment.

• "OL" appears while measuring.

Reading cannot be obtained if the weight capacity is exceeded.

• "AGE ERROR" appears on the display.

If you program the wrong date and your age becomes negative years old, "AGE ERROR" will appear on the display after you press the personal key.
If your age reaches 100 years old or more, the only weight result will be displayed.

EINLEITUNG

Wir bedanken uns für Ihren Kauf einer Tanita - Körperfettanalysewaage.
Dieses Gerät gehört zu einer breiten Palette an Tanita-Produkten für die Gesundheitspflege zu Hause.
Die Bedienungsanleitung begleitet Sie durch die Installationsabläufe und erklärt die wichtigsten Funktionen.
Bitte halten Sie diese Anleitung für zukünftige Fragen gut erreichbar auf. Zusätzliche Informationen über einen gesunden Lebensstil finden Sie auf unserer Website www.tanita.com.
Tanita-Produkte verbinden die neuesten klinischen Forschungserkenntnisse mit technologischen Innovationen.
Alle Daten werden vom medizinischen Beratungsausschuss von Tanita überprüft, um deren Genauigkeit sicherzustellen.
Die tatsächlichen Messungen mit dem BC-558 schließen Gewicht und Impedanz ein. Auf der Basis dieser Messwerte werden die Werte für Folgendes berechnet: gesamter und segmentaler Körperfett-Prozentsatz, Körperwasseranteil, gesamte und segmentale Muskelmasse, Körperbaubemessung, Knochenmasse, Bauchfettbemessung mit Gesundheitsbereich, Grundumsatz (BMR) und Stoffwechselalter.

Anmerkung: Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

▲ Sicherheitshinweise

Bitte beachten Sie, dass Personen mit elektronischen medizinischen Implantaten wie z.B. einem Herzschrittmacher keine Körperfettanalysewaage verwenden sollten, da diese ein schwaches elektrisches Signal durch den Körper sendet und somit die Funktion des Implantats beeinträchtigen könnte.
Schwangere Frauen sollten nur die Gewichtfunktion verwenden. Alle anderen Funktionen sind nicht für schwangere Frauen vorgesehen.
Stellen Sie dieses Gerät auf keine rutschigen Oberflächen wie z.B. nasse Fußböden.
Der inkorrekte Gebrauch des Geräts oder plötzliche Stromstöße können zum Verlust der aufgezeichneten Daten führen.
Tanita übernimmt keine Verantwortung für jegliche Art von Schäden, die durch den Verlust aufgezeichneter Daten entstehen.
Tanita übernimmt keine Verantwortung für durch dieses Gerät entstehende Schäden oder Verluste bzw. für Schadensersatzansprüche von Dritten.

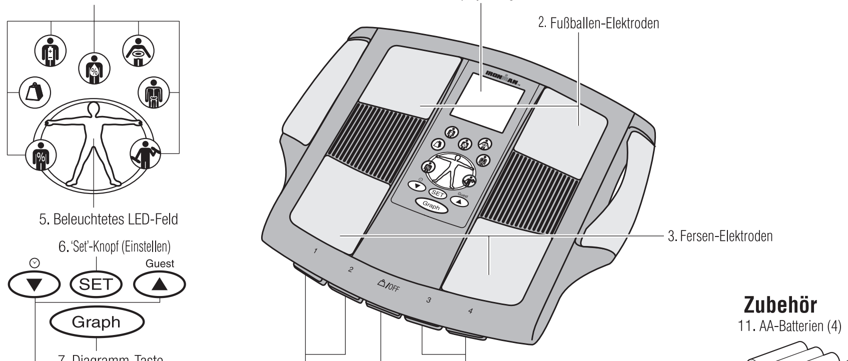
Wichtige Hinweise für den Benutzer

Diese Körperfettanalyse-Waage ist für den Gebrauch von Erwachsenen und Kindern (7-17 Jahre) bestimmt, die wenig bis mäßig aktiv **sind sowie for athletische Körpertypen.**
Als „athletisch" bezeichnet Tanita Personen, die etwa 10 Stunden pro Woche intensiv trainieren und einen Ruhepuls von höchstens 60 Schlägen/Minute haben. Darüber hinaus bezieht „athletisch" Personen ein, die weniger als 10 Stunden pro Woche Sport treiben, im Laufe ihres Lebens jedoch sportlich immer sehr aktiv gewesen sind.
Die Körperfettanalyse-Funktion sollte von schwangeren Frauen nicht angewendet, von Profisportlern oder Bodybuildern nur zur Trendanalyse herangezogen werden.
Durch Fehlgebrauch des Geräts oder Stromstöße kann es zum Verlust der aufgezeichneten Daten kommen. Tanita übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch den Verlust von aufgezeichneten Daten entstehen.
Darüber hinaus haftet Tanita weder für Schäden und Verluste, die durch diese Geräte entstehen, noch für Forderungen Dritter.

Anmerkung: Die Ermittlung des Körperfetts variiert mit der im Körper vorhandenen Wassermenge und kann durch folgende Faktoren beeinflußt werden: Dehydrierung oder Überhydrierung wegen Alkoholgenuß, Menstruation, intensives körperliches Training usw.

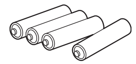
MERKMALE UND FUNKTIONEN

Wiege Plattform

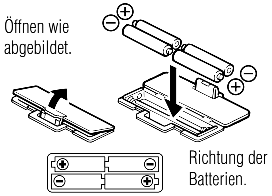


Zubehör

11. AA-Batterien (4)



VORBEREITUNGEN VOR GEBRAUCH



⚠ Einlegen der Batterien

Öffnen Sie das Batteriefach auf der Unterseite des Geräts und legen Sie die mitgelieferten AA-Batterien wie abgebildet ein.

Anmerkung: Achten Sie darauf, dass die Batteriepole richtig herum eingelegt sind. Werden die Batterien falsch eingelegt, kann Flüssigkeit austreten und den Fußboden beschädigen. Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, sollten Sie vor dem Wegstellen die Batterien herausnehmen.

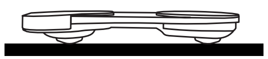
Beachten Sie, dass die werkseitig bereitgestellten Batterien mit der Zeit schwächer werden.

Hinweis:
Diese Zeichen finden
Sie auf schadstoffhaltigen
Batterien:
Pb Pb =Batterie enthält Blei
Cd Cd =Batterie enthält Cadmium
Hg Hg =Batterie enthält Quecksilber



⚠ Batterien dürfen nicht in den Hausmüll!

Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet gebrauchte oder ausgelaufene Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen, in Ihrer Stadt oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden, und speziell gekennzeichnete Sammelbe hälter aufgestellt sind. Bei Verschrottung des Gerätes sind die Batterien zu entnehmen und müssen ebenfalls bei Sammelstellen abgegeben werden.



⚠ Aufstellen des Geräts

Stellen Sie das Gerät auf eine harte, ebene Fläche mit möglichst wenig Vibrationen, um eine sichere und genaue Messung zu ermöglichen.

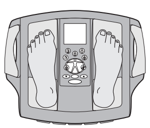
Anmerkung: Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, stellen Sie sich nicht auf den Rand der Plattform.

Tipps zum Umgang mit dem Gerät

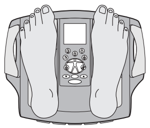
Dieses Gerät ist ein Präzisionsinstrument mit der neuesten Technologie. Um dieses Gerät in einem einwandfreien Zustand zu halten, befolgen Sie die nachstehenden Instruktionen bitte genau:

- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst auseinander zu nehmen.
- Stellen Sie die Waage horizontal auf und achten Sie darauf, dass die Speichertasten nicht versehentlich gedrückt werden.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht übermäßigen Stößen oder Vibrationen ausgesetzt ist.
- Stellen Sie das Gerät nicht in praller Sonne, in der Nähe von Heizgeräten oder in Bereichen auf, in denen Feuchtigkeit oder extreme Temperaturwechsel vorkommen.
- Tauchen Sie das Gerät niemals ins Wasser. Reinigen Sie die Elektroden mit Alkohol und nehmen Sie zum Polieren ein mit Glasreiniger benetztes Tuch; verwenden Sie keine Seife.
- Betreten Sie die Wiegeplattform nicht, wenn sie nass ist.
- Lassen Sie keine Gegenstände auf die Waage fallen.
- Tragen Sie das Gerät nicht an den Hand-Elektroden.
- Lassen Sie die Hand-Elektroden nicht los, bis das Kabel komplett in das Gerät eingezogen ist.
- Ziehen Sie das Kabel nicht über die rote Markierung heraus.

SO ERHALTEN SIE GENAUE MESSWERTE



Fersen mitten auf Elektroden



Zehen können über Plattform hinausragen

Anmerkung: Bei schmutzigen Füßen, gebeugten Knien oder einer sitzenden Position kann kein genauer Messwert erzielt werden

Um genaue Messwerte zu erhalten, wiegen Sie sich ohne Kleidung bei gleich bleibendem Wasserhaushalt. Sollten Sie sich mit Kleidung wiegen, ziehen Sie vorher Socken bzw. Strümpfe aus und achten Sie darauf, dass Ihre Füße sauber sind, bevor Sie auf die Messplattform steigen.

Vergewissern Sie sich, dass Ihre Fersen richtig auf den Elektroden der Messplattform stehen.

Es macht nichts, wenn Ihre Füße zu groß für das Gerät sind – Sie erhalten auch dann noch genaue Messwerte, wenn Ihre Zehen über die Plattform hinausragen.

Es ist wichtig, dass Sie die Messungen nach Möglichkeit immer zur gleichen Tageszeit durchführen. Warten Sie nach dem Aufstehen, Essen oder nach intensivem Training etwa drei Stunden mit dem Messen. Sollte Ihnen die Messung unter diesen Bedingungen nicht möglich sein, erhalten Sie zwar nicht die gleichen absoluten Werte, können anhand dieser Werte jedoch die Änderungen in Ihrem Körperfettanteil bestimmen, solange die Messungen unter gleich bleibenden Bedingungen ausgeführt werden. Um Ihren Fortschritt zu überwachen, vergleichen Sie Ihr Gewicht und Ihren Körperfettanteil über einen längeren Zeitraum hinaus unter gleichen Bedingungen.

AUTOMATISCHES ABSCHALTEN

Die automatische Abschaltfunktion schaltet die Stromzufuhr in folgenden Fällen automatisch ab:

- Wenn Sie den Messvorgang unterbrechen. Je nach Betriebsart wird die Stromzufuhr innerhalb von 10 bis 20 Sekunden automatisch abgeschaltet.
- Bei extremer Gewichteinwirkung auf die Trittfläche.
- Während des Programmierens, wenn innerhalb von 60 Sekunden keine Tasten oder Knöpfe betätigt werden.*
- Nachdem der Messvorgang abgeschlossen ist.

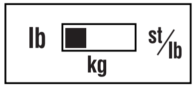
***Anmerkung:** Wenn die Stromversorgung automatisch unterbrochen wird, müssen die Schritte im Abschnitt "Einstellung und speichern persönlicher daten" wiederholt werden (S. 12)

UMSCHALTEN DES WIEGEMODUS

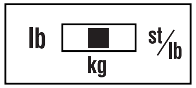
Bemerkung: Dies gilt nur für Geräte mit Umschaltmodus

Sie können die Maßeinheiten ändern, indem Sie den Schalter auf der Rückseite betätigen.
Achtung: Wenn der Wiegemodus auf “pounds” oder “stone-pounds” steht, stellt sich die Größeneinheit automatisch auf “feet” oder “inches” um. Wenn „kg“ ausgewählt wird stellt sich die Größeneinheit automatisch auf „cm“ um

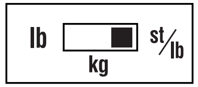
lb (Pfund)



kg (Kilogramm)



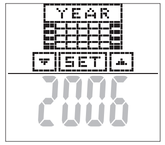
st-lb (Stein-Pfund)



DATUM UND ZEIT EINSTELLEN (ZURÜCKSETZEN)

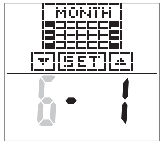
1. Jahr einstellen

Halten Sie die Taste ⏲/Nach unten 3 Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten.
Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um das Jahr einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.
(Mögliche Jahreseingabe: 2006-2050)



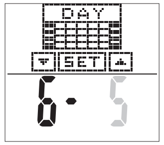
2. Monat einstellen

Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um den Monat einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



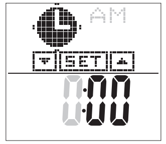
3. Tag einstellen

Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um den Tag einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



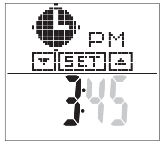
4. Stunde einstellen

Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um die Stunde einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



5. Minute einstellen

Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um die Minute einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept zweimal zur Bestätigung der Programmierung.
Danach schaltet sich das Gerät automatisch aus.

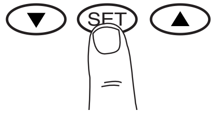


Anmerkung:

- **Wenn Sie das Datum auf ein zurückliegendes Datum ändern, gehen alle Messdaten aller Benutzer verloren.**
- Nach Austausch der Batterien wiederholen Sie Schritt 1 - 5 unter „DATUM UND ZEIT EINSTELLEN (ZURÜCKSETZEN)“.
  Durch den Austausch der Batterien gehen die Datums- und Zeiteinstellungen verloren.
- 60 Sekunden Inaktivität führen während dieses Vorgangs zu einem automatischen Abschalten. Es werden dann keine Daten gespeichert.
- Wenn Sie eine falsche Eingabe gemacht haben oder das Gerät vor Ende der Programmierung ausschalten möchten, drücken Sie hierzu die OFF-Taste. Es werden dann keine Daten gespeichert.
- Wenn Sie die Taste ⏲/Nach unten drücken (nicht gedrückt halten), werden aktuelles Datum und Zeit auf dem Display angezeigt.

EINSTELLUNG UND SPEICHERN PERSÖNLICHER DATEN

Sie erhalten nur dann Messergebnisse, wenn Sie Daten in einem der persönlichen Datenspeicher oder den Gästemodus einprogrammiert haben.
Dieses Gerät kann die Details von bis zu 4 Personen speichern.

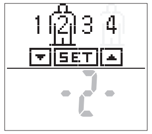


1. Anstellen des Geräts

Drücken Sie auf den ‘Set’-Knopf (Einstellen), um das Gerät anzustellen (nach dem Einprogrammieren lässt sich das Gerät durch Drücken der persönlichen Speichertaste ausschalten). Das Gerät erzeugt beim Anstellen einen Piepton, die Tastennummern (1,2,3,4) werden angezeigt, und die Anzeige beginnt zu blinken.

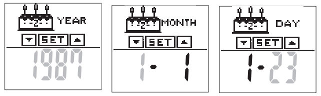
Anmerkung: Sollten Sie das Gerät nicht innerhalb von sechzig Sekunden nach dem Anstellen benutzen, schaltet es sich automatisch wieder aus.

Anmerkung: Sollten Sie einen Fehler gemacht haben oder das Gerät vor dem Ende der Einprogram mierung ausstellen wollen, können Sie dies durch Drücken der Weight-Only-Taste (△) tun.



2. Wählen einer persönlichen Nummer

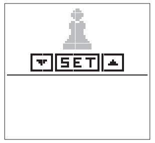
Drücken Sie zum Einstellen Ihrer persönlichen Nummer die "Hoch/Tief"-Pfeiltasten (Hoch/Runter). Sobald Sie die gewünschte Nummer der persönlichen Speichertaste erreicht haben, drücken Sie auf den ‘Set’-Knopf. Sie hören zur Bestätigung einen Piepton.



3. Geburtstag einstellen

Geben Sie Ihren Geburtstag (Jahr/Monat/Tag) mit den Tasten ▲ und ▼ ein.
Drücken Sie die SET-Taste, um Ihre Eingaben einzeln zu bestätigen.
Am Ende der Programmierung piept das Gerät einmal zur Bestätigung.

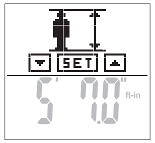
Anmerkung: Der Altersbereich beträgt 7 - 99 Jahre.



4. Männlich oder weiblich auswählen

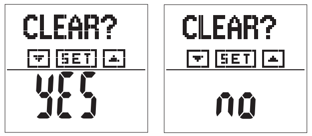
Verwenden Sie die Tasten Nach oben/Nach unten, um durch die Einstellungen Weiblich (♀), Männlich (♂), Weiblich/Athletin (♀ / ⚒) und Männlich/Athlet(♂ / ⚒) zu blättern, und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.

⚒ **Athletenmodus: Siehe Benutzungshinweis auf S. 9.**



5. Körpergröße angeben

Der angezeigte Standardwert ist 5' 7,0" (170 cm) (der Benutzerbereich liegt zwischen 3'40" und 7' 30" bzw. 100 cm - 220 cm).
Geben Sie Ihre Körpergröße mit den Tasten Nach oben/unten ein, und drücken Sie die SET-Taste. Das Gerät piept zweimal, und die eingegebenen Daten werden zur Bestätigung angezeigt. Danach schaltet sich das Gerät selbst automatisch ab.

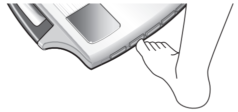


Anmerkung: Wenn Sie Geburtstag und/oder Geschlecht ändern, wird nach Auswahl von „YES" mit den Tasten Nach oben/unten „CLEAR" angezeigt, und die bestehenden persönlichen und Messdaten werden gelöscht.
Wenn Sie mit den Tasten Nach oben/unten „NO" auswählen, werden die neuen Daten nicht gespeichert (bestehende Daten bleiben unverändert), und das Gerät wird abgeschaltet.

MESSUNG DER KÖRPERZUSAMMENSETZUNG

1. Persönliche Taste auswählen und Auftreten

Betätigen Sie mit dem Zeh Ihre vorprogrammierte persönliche Taste.

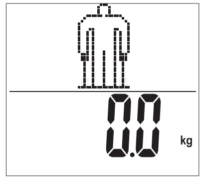


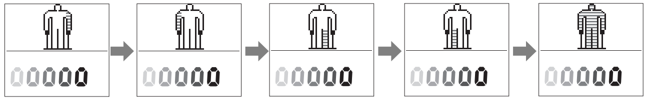
Das Gerät piept, und auf dem Display werden die eingegebenen Daten angezeigt.

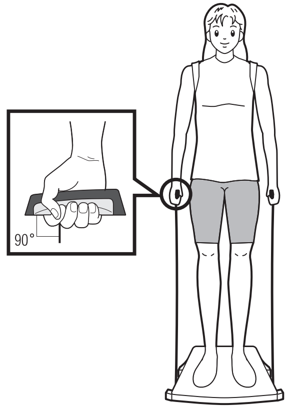
Das Gerät piept noch einmal, und auf dem Display wird „0.0" angezeigt. Ziehen Sie nun die Hand-Elektroden heraus, halten Sie sie mit gerade herabhängenden Armen, und betreten Sie die Plattform.

Anmerkung: Keine Schuhe oder Socken tragen.

Auf dem Display erscheint während der Körperfett %-Messung Folgendes in der angegebenen Reihenfolge. Am Ende der Messung piept das Gerät zweimal.







Anmerkung:

- **bitte greifen sie die Handelektroden wie auf dem Bild dargestellt, drücken sie leicht zu.**
- Lassen Sie die Hände an den Seiten hängen, und bewegen Sie sich während der Messung nicht.
- Wenn Sie die Plattform betreten, bevor „0.0" auf dem Display erscheint, wird„Error" angezeigt, und eine Messung findet nicht statt.
  Wenn Sie innerhalb von 60 Sekunden nach Anzeige von „0.0" nicht die Plattform betreten, wird das Gerät automatisch abgeschaltet.
- Halten Sie Ihre Arme gerade nach oben und unten, während Sie darauf achten, dass Sie weder Ihre Beine noch irgendeinen anderen Teil Ihres Körpers mit Ihren Armen oder Händen berühren.

2. Daten ablesen: Automatische Anzeige

Nach der Messung werden auf dem Display automatisch das aktuelle Ergebnis mit Datum und LED-Symbolführung in der Reihenfolge Gewicht ➡ Körperfett % (Linker Arm) ➡ Körperfett % (Rechter Arm) ➡ Körperfett % (Rechtes Bein) ➡ Körperfett % (Linkes Bein) ➡ Körperfett % (Rumpfpartie) ➡ Gewicht angezeigt.(Zum Diagramm siehe „Tägliche, wöchentliche und monatliche Diagrammfunktion".)Bitte treten Sie von der Waage.

Anmerkung: Hinweis: Nach 30 Sekunden Ergebnisanzeige und Inaktivität wird das Gerät automatisch ausgeschaltet.Wenn Sie während der Anzeige des aktuellen Ergebnisses eine Taste betätigen, werden folgende Daten angezeigt.

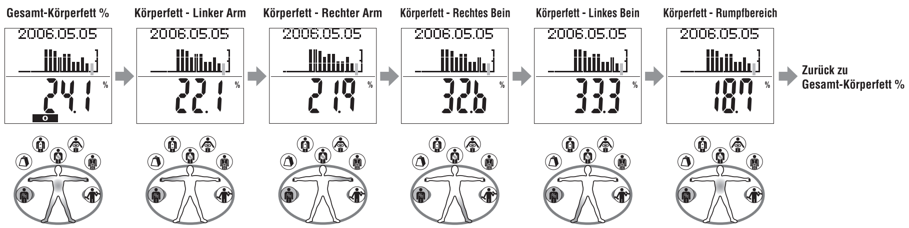
Anmerkung: Bei großen Unterschieden zwischen dem aktuellen Ergebnis und vorherigen Ergebnissen wird „SAVE?" angezeigt. Mit den Pfeiltasten können Sie „YES" oder „NO" auswählen.
YES: Das aktuelle Ergebnis wird gespeichert.
NO: Das aktuelle Ergebnis wird nicht gespeichert.

Anmerkung: Wenn Sie 100 Jahre oder älter sind, wird nur das Gewichtsergebnis angezeigt, und „AGE ERROR" erscheint auf dem Display, wenn Sie andere Funktionstasten außer der Gewichtstaste betätigen.

Anmerkung: Für Kinder (im Alter von 7-17) werden nur das Gewicht und der Prozentanteil des Körperfetts angezeigt.

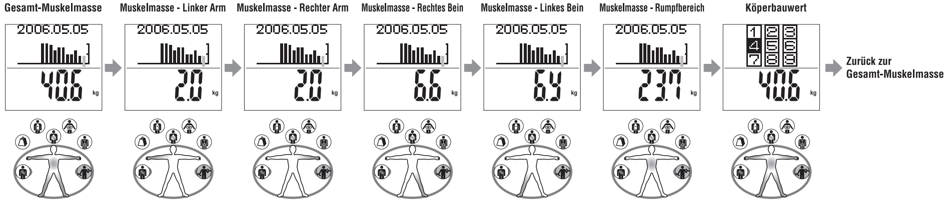
% Körperfett:

Zutreffendes Alter: 7-99.
Drücken Sie die Symboltaste wiederholt, um die Werte in der unten angegebenen Reihenfolge anzuzeigen.



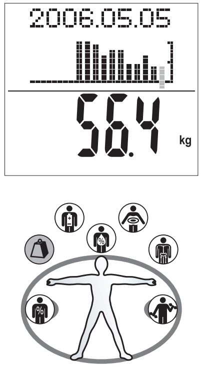
Muskelmasse:

Zutreffendes Alter: 18-99.
Drücken Sie die Symboltaste wiederholt, um die Werte in der unten angegebenen Reihenfolge anzuzeigen.



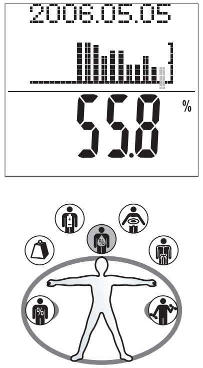
Gewicht

Zutreffendes Alter:7 oder alter.



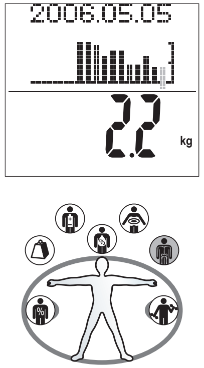
% Körperwasser

Zutreffendes Alter: 18-99.



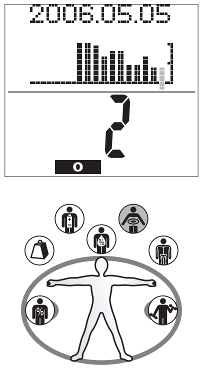
Knochenmasse

Zutreffendes Alter: 18-99.



Eingeweidefett

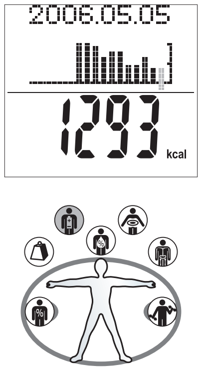
Zutreffendes Alter: 18-99.



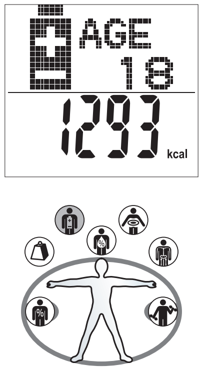
BMR & Stoffwechselalter

Zutreffendes Alter: 18-99.
Wenn Sie diese Taste drücken, wird beim ersten Mal automatisch die folgende Reihenfolge auf dem Display ausgegeben.
Wenn sie die gleiche Taste noch einmal drücken, wird das jeweilige Ergebnis angezeigt.

Kalorien Grundumsatz



Stoffwechselalter



3. Tägliche, wöchentliche und monatliche Diagrammfunktion

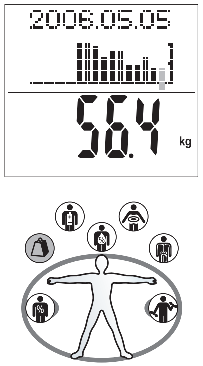
•Während der Anzeige des aktuellen Ergebnisses…

Nach der Messung werden das aktuelle Ergebnis und das Tagesdiagramm angezeigt.
Wenn Sie die während der Anzeige des aktuellen Ergebnisses die GRAPH-Taste drücken, wechselt die Anzeige zum täglichen ➡ wöchentlichen ➡ monatlichen Diagramm. Mit ▲ und ▼ gelangen Sie zurück zum davorliegenden Ergebnis.

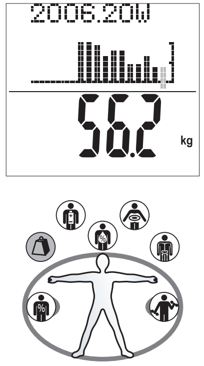
•Bei ausgeschalteter Waage…

Wenn Sie Ihre persönliche Taste betätigen und dann bei ausgeschalteter Waage die GRAPH-Taste, zeigt das Display das Tagesdiagramm mit dem letzten Ergebnis an.

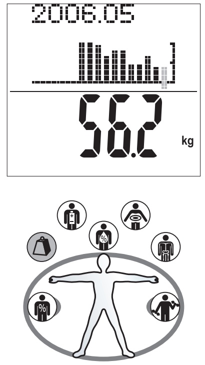
Wenn Sie die GRAPH-Taste noch einmal betätigen, wechselt das Display zum täglichen ➡ wöchentlichen ➡ monatlichen Diagramm und zurück zum Tagesdiagramm. Mit ▲ und ▼ gelangen Sie zurück zum davorliegenden Ergebnis.



Tagesdiagramm



Wochendiagramm

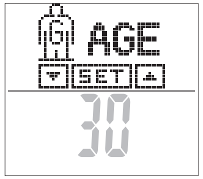


Monatsdiagramm

Anmerkung:

- Es werden das Kalenderdatum für das Tagesdiagramm, 52 Wochen für das Wochendiagramm und 36 Monate für das Monatsdiagramm angezeigt.
- Wenn es noch keine Messergebnisse gibt, ist die GRAPH-Taste nicht verfügbar.
- Um das Gerät vor dem automatischen Abschalten auszuschalten, betätigen Sie die OFF-Taste.
- Wenn Sie in Ihren persönlichen Einstellungen Geburtstag oder Geschlecht ändern, werden Ihre Messdaten gelöscht.

EINPROGRAMMIEREN DES GASTMODUS

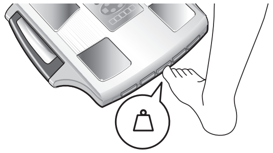


Mit dem Gastmodus können Sie das Gerät für einen einmaligen Gebrauch programmieren, ohne die Angaben für Ihre persönliche Speichertaste neu einstellen zu müssen.
Drücken Sie auf die Pfeiltaste ▲ und folgen Sie danach den Schritten zur Eingabe persönlicher Daten. Eingabe von: Alter, Geschlecht, Größe

Anmerkung: Sollten Sie sich auf die Plattform stellen, bevor „0.0“ aufleuchtet, sehen Sie auf der Anzeige den Hinweis „Error“ (Fehler) und Sie erhalten keinen Messwert

Anmerkung: Zutreffendes Alter: 7-99.

NUR-GEWICHT-FUNKTION



Nur-Gewicht-Taste betätigen

Betätigen Sie mit dem Zeh die Nur-Gewicht-Taste. Nach 2 bis 3 Sekunden wird „0.0“ auf dem Display angezeigt, und das Gerät piept. Wenn „0.0“ angezeigt wird, treten Sie auf die Plattform. Der Körpergewichtswert wird angezeigt. Wenn Sie auf der Plattform stehen bleiben, blinkt das Display etwa 30 Sekunden lang, und danach wird das Gerät automatisch ausgeschaltet. Wenn Sie die Plattform verlassen, wird das Gewicht weitere 30 Sekunden lang angezeigt, bevor das Gerät automatisch abgeschaltet wird.

FEHLERSUCHE

Sollten die folgenden Probleme auftauchen,… dann…

- **Es wird ein falsches Gewichtsformat angezeigt, dem kg, lb oder st-lb folgt.**
  Weitere Informationen finden Sie im Abschnitt " Umschalten des Wiegemodus " auf Seite 11.
- **Auf der Anzeige erscheint „Lo“, oder es erscheinen alle Daten, die dann gleich wieder verschwinden.**
  Die Batterien gehen zur Neige. Tauschen Sie sie daraufhin unverzüglich aus, da schwache Batterien die Genauigkeit Ihrer Messwerte beeinflussen können. Es sollten stets alle Batterien auf einmal gegen neue AA-Batterien ausgetauscht werden. Das Gerät wird mit Testbatterien geliefert, die eine kurze Lebensdauer haben können.
  Anmerkung: Alle Einstellungen bleiben während des Batteriewechsels im Speicher.
- **„NO RECORD“ wird auf dem Display angezeigt.**
  Es wurden noch keine persönlichen Daten eingegeben. Bitte befolgen Sie die Programmieranweisungen auf S. 12.
- **Während des Messens erscheint „Error”.**
  Versuchen Sie, so ruhig wie möglich auf der Messplatte zu stehen.
  Das Gerät kann, wenn es Bewegungen registriert, keine exakte Messung Ihres Gewichts vornehmen.
  Wenn der Körperfettanteil größer als 75% ist, kann die Waage kein Ergebnis ermitteln
- **Der Körperfettanteil wird nicht angezeigt oder es erscheint „-----” nach der Gewichtsmessung.**
  Stellen Sie sicher, dass Sie keine Socken oder Nylonstrümpfe tragen und dass Ihre Fußsohlen sauber und nach den Markierungen auf der Messplatte ausgerichtet sind.
- **„Loading…“ wird auf dem Display angezeigt.**
  Die Daten werden geladen. Bitte warten Sie einen Moment.
- **Beim Messen wird „OL“ angezeigt.**
  Messungen lassen sich nur unter der maximalen Wiegekapazität durchführen.
- **„AGE ERROR“ wird auf dem Display angezeigt.**
  Wenn Sie ein falsches Datum einprogrammiert haben und Ihr Alter eine negative Zahl ergibt, wird nach Drücken der persönlichen Taste „AGE ERROR“ auf dem Display angezeigt.
  Wenn Sie 100 Jahre oder älter werden, wird nur das Gewichtsergebnis angezeigt.

INTRODUCTION

Merci d'avoir choisi l'analyseur de composition corporelle Ironman de Tanita.
Cet appareil fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.
Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil.
Veuillez le garder à portée de main pour vous y référer ultérieurement. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web www.tanita.com.
Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.
Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.
Les mesures actuelles faites par le BC-558 incluent le poids et l'impédance. À partir de ces mesures, on obtient d'autres valeurs: taux de graisse corporelle totale ou segmentaire, taux de masse hydrique, masse musculaire totale ou segmentaire, constitution physique, masse osseuse, niveau de graisse viscérale avec fourchette-santé, taux de métabolisme de base (BMR) et l'âge métabolique.

⚠ Précautions d'emploi

L'utilisation d'un impédancemètre par les sujets porteurs d'implants médicaux électroniques tels que les stimulateurs cardiaques est fortement déconseillée, car l'impédancemètre émet un courant électrique de faible intensité qui parcourt le corps et qui risque d'interférer avec son fonctionnement.
Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.
Ne posez pas cet appareil sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.
Vous risquez de perdre des données enregistrées dans l'appareil si vous ne l'utilisez pas correctement ou si vous le soumettez à une surcharge électrique.
Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages que ce soient, dûs à la perte de données enregistrées.
Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages ou pertes que ce soient, entraînés par l'usage de cet appareil, ni de quelque réclamation que ce soit provenant de tiers.

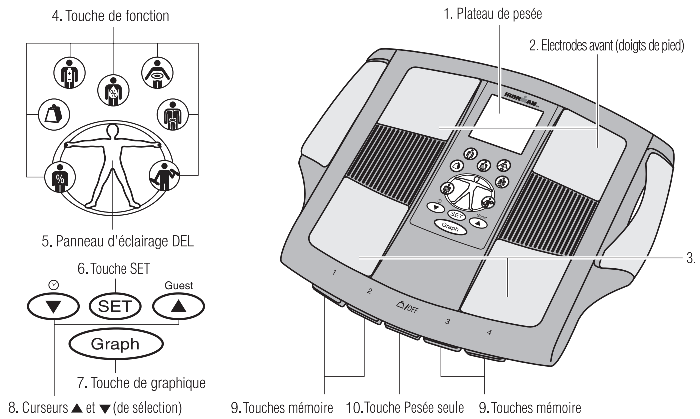
Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 7 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.
Tanita définit « une personne dotée d'une corpulence athlétique » comme une personne effectuant approximativement 10 heures d'activité physique par semaine et dont le rythme cardiaque au repos est inférieur ou égal à 60 battements par minute. Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine.
La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.
En cas d'utilisation incorrecte de l'appareil ou de surtension électrique, les données enregistrées peuvent être perdues. Tanita décline toute responsabilité en cas de problème occasionné suite à la perte de données enregistrées.
Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

Remarque: Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc.

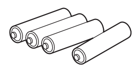
CARACTERISTIQUES

Plateau de pesée

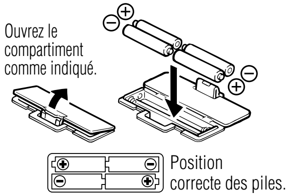


Accessoires

11. Piles de type AA (x4)



AVANT UTILISATION

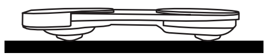


Insertion des piles

Ouvrez la trappe du réceptacle situé sous le plateau de pesée et insérez les piles comme indiqué.

Remarque: assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.



Positionnement de l'appareil

Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité.

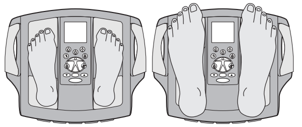
Remarque: pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

Conseils de manipulation

Cet appareil est un instrument de précision faisant appel à des technologies de pointe. Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes :

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Evitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.
- Ne pas transporter l'appareil en le tenant par les électrodes manuelles.
- Ne pas retirer les électrodes manuelles tant que le câble n'est pas complètement rétracté dans l'appareil.
- Ne pas tirer le câble plus loin que le repère rouge.

COMMENT OBTENIR DES RÉSULTATS EXACTS



Talons centrés sur les électrodes. Les orteils peuvent dépasser du plateau.

Remarque: les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance.

Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés avec les électrodes du plateau de pesée.

Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau.

Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Essayez si possible d'effectuer la mesure au moins 3 heures après le lever, un repas ou un exercice physique violent.

FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE

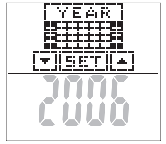
La fonction d'arrêt automatique éteind l'appareil dans les cas suivants :

- en cas d'interruption de la mesure, l'appareil se met hors tension dans les 10 ou 20 secondes suivantes, en fonction du type d'opération effectuée ;
- Si l'appareil reçoit un poids extrême.
- si vous n'appuyez sur aucun bouton ou touche pendant 60 secondes au cours de la programmation ;*
- à la fin de la mesure.

***Remarque:** Si l'appareil se met hors tension automatiquement, recommencez les opérations depuis "Reglage et enregistement des données personnelles en mémoire" (page 20).

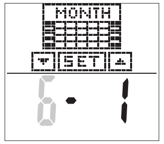
RÉGLER (RÉINITIALISER) LA DATE ET L'HEURE

1. Réglez l'année



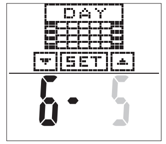
Appuyez de manière continue sur la touche ⏲ / ▼ pendant 3 secondes pour allumer l'appareil.
Appuyez sur les touches ▲ ou ▼ pour régler l'heure, puis appuyez sur la touche SET.
L'appareil émettra un bip de confirmation.
(Années disponibles : 2006 à 2050)

2. Réglez le Mois



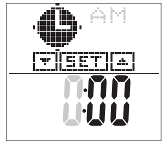
Appuyez sur les touches ▲ et ▼ pour régler le mois, puis appuyez sur la touche SET.
L'appareil émettra un bip de confirmation.

3. Réglez le Jour



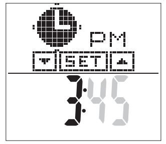
Appuyez sur les touches ▲ ou ▼ pour régler le jour, puis appuyez sur la touche SET.
L'appareil émettra un bip de confirmation.

4. Réglez l'Heure



Appuyez sur les touches ▲ ou ▼ pour régler l'heure, puis appuyez sur la touche SET.
L'appareil émettra un bip de confirmation.

5. Réglez les Minutes



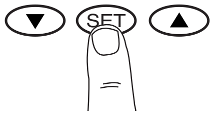
Appuyez sur les touches ▲ ou ▼ pour régler les minutes, puis appuyez sur la touche SET.
L'appareil émettra deux bips pour confirmer la programmation.
L'appareil s'éteindra ensuite automatiquement.

Remarque :

- **Si vous réglez l'appareil sur une date antérieure à la date courante, toutes les données de suivi de tous les utilisateurs seront perdues.**
- Après avoir changé les piles, répétez les étapes 1 à 5 de « RÉGLER (RÉINITIALISER) LA DATE ET L'HEURE ».
  Le changement des piles causera la perte des réglages de la date et de l'heure.
- 60 secondes ou plus d'inactivité pendant cette opération causeront l'arrêt automatique. Aucune donnée ne sera sauvegardée.
- Si vous faites une erreur ou désirez éteindre l'appareil avant d'avoir terminé la programmation, appuyez sur la touche OFF pour éteindre l'appareil. Aucune donnée ne sera sauvegardée.
- Pour afficher la date courante et l'heure actuelle sur l'afficheur, appuyez sur la touche ⏲ / ▼ (sans la maintenir enfoncée).

REGLAGE ET ENREGISTREMENT DES DONNÉES PERSONNELLES EN MÉMOIRE

Vous ne pouvez obtenir de résultat qu'une fois vos données programmées dans l'une des mémoires de données personnelles ou en mode invité.
L'impédancemètre peut enregistrer les données personnelles de 4 individus maximum.

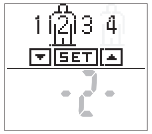


1. Mise sous tension

Appuyez sur la touche SET pour mettre l'appareil sous tension. A l'issue de la programmation, il vous suffira d'appuyer sur votre touche mémoire afin d'allumer l'appareil. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer la mise sous tension, les codes personnels (1, 2, 3, 4) s'affichent, puis l'affichage clignote.

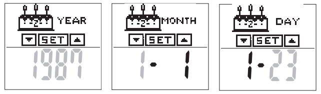
Remarque: si vous n'actionnez aucune des touches pendant 60 secondes, l'appareil se met hors tension automatiquement.

Remarque : si vous commettez une erreur de programmation ou que vous souhaitez éteindre l'appareil avant la fin de la programmation, appuyez sur la touche Pésée seule pour effectuer un arrêt d'urgence.



2. Sélection d'une touche mémoire

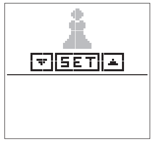
Appuyez sur les curseurs ▲ et ▼ pour sélectionner votre touche mémoire. Une fois que vous avez atteint le chiffre que vous souhaitez utiliser, appuyez sur la touche SET.
L'appareil émet un bip sonore pour confirmer votre sélection.



3. Réglez votre Date d'anniversaire

Réglez la date de votre anniversaire (Année / Mois / Jour) à l'aide de la touche ▲ ou ▼.
Appuyez sur la touche SET pour confirmer après chaque programmation.
L'appareil émettra un bip pour indiquer que la programmation est terminée.

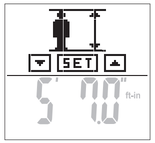
Remarque: La plage d'âge est de 7 à 99 ans.



4. Sélectionnez Femme ou Homme

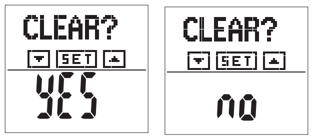
Utilisez les touches ▲ et ▼ pour vous déplacer entre les réglages Femme ( ) ou Homme ( ), Femme/Athlète (/) et Homme/Athlète (/) , puis appuyez sur la touche Set. L'appareil émettra un bip de confirmation.

Mode Athlète: voir les explications sur l'utilisation à la page 17.



5. Saisissez votre taille

L'appareil affiche automatiquement la taille 170 cm (la plage de taille va de 100 à 220 cm).
Réglez votre taille à l'aide des touches ▲et ▼. Appuyez sur la touche SET pour confirmer.
L'appareil émettra 2 bips et vous rappellera vos données pour confirmation.
L'appareil s'éteindra automatiquement.



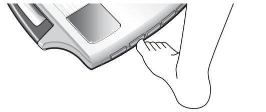
Remarque: Si vous changez la date de naissance et/ou le genre, l'appareil indiquera « CLEAR ». Si vous sélectionnez « YES » à l'aide des touches ▲ et ▼ les données personnelles et données de suivi existantes seront supprimées. Si vous sélectionnez « NO » à l'aide des touches ▲ et ▼ aucune nouvelle donnée ne sera sauvegardée (les données existantes seront conservées telles quelles), puis l'appareil s'éteindra.

.

RELEVÉS DE COMPOSITION CORPORELLE

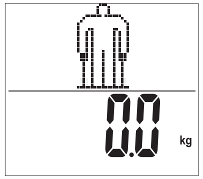
1. Sélectionnez votre touche personnelle et montez sur la plate-forme

Avec l'orteil, appuyez sur votre touche personnelle pré-programmée.

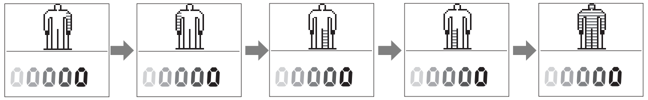


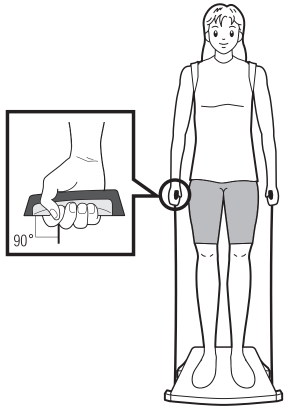
L'appareil émettra un bip et l'afficheur indiquera les données programmées.

L'appareil émettra à nouveau un bip et l'afficheur indiquera « 0.0 ». Sortez ensuite les électrodes manuelles, tenez-les en gardant les bras bien allongés vers le bas, puis montez sur la plate-forme.



Remarque: N'oubliez pas de retirer chaussures et chaussettes.
L'afficheur se modifiera dans l'ordre indiqué ci-dessous pendant la mesure du % de masse grasse.
L'appareil émettra deux bips lorsque la mesure sera terminée.





Remarque:

- **Veuillez attrapper l'Electrode manuel comme indiqué et maintenez une lègère pression.**
- Placez vos mains sur les côtés, et restez immobile jusqu'à ce que la mesure soit terminée.
- Si vous montez sur la plate-forme avant que « 0.0 » n'apparaisse, l'afficheur indiquera « Error » (Erreur) et vous n'obtiendrez pas de lecture.
  De plus, si vous ne montez pas sur la plate-forme dans les 60 secondes qui suivent l'apparition de « 0.0 », l'appareil s'éteindra automatiquement.
- Tendez les bras vers le haut et vers le bas tout en prenant garde de ne toucher ni les jambes ni d'fautres parties du corps avec les bras ou les mains.

2. Obtenez vos lectures : affichage automatique

Une fois les mesures prises, l'afficheur indiquera automatiquement les résultats actuels avec la date et l'icône guide DEL, dans l'ordre Poids ➡ % de masse grasse (bras gauche) ➡ % de masse grasse (bras droit) ➡ % de masse grasse (jambe droite) ➡ % de masse grasse (jambe gauche) ➡ % de masse grasse (tronc) ➡ Poids.
(Concernant le graphique, reportez-vous à « Fonction de graphique Quotidien, Hebdomadaire et Mensuel ».)
Descendez de la balance.

Remarque: L'appareil s'éteindra automatiquement au bout de 30 secondes d'inactivité après l'affichage des résultats.
Si vous appuyez sur une ou plusieurs touches pendant l'affichage des résultats actuels, l'information suivante apparaîtra.

Remarque: S'il y a une différence significative entre les résultats actuels et les précédents, « SAVE ? » (SAUVEGARDER ?) s'affichera. Vous pouvez sélectionner « YES » (oui) ou « NO » (non) à l'aide des touches de flèche.

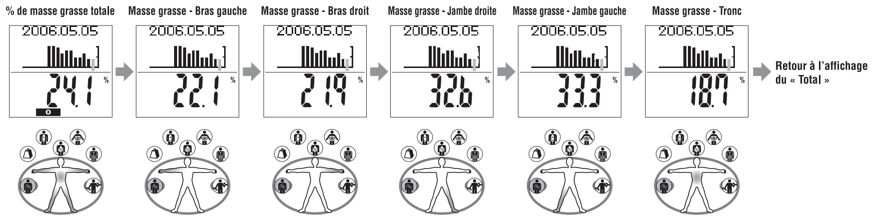
YES : les résultats actuels seront mis en mémoire.
NO : les résultats actuels ne seront pas mis en mémoire.

Remarque: Si vous êtes âgé de 100 ans ou plus, seul le résultat du poids sera affiché. « AGE ERROR » (erreur d'âge) apparaîtra sur l'afficheur si vous appuyez sur d'autres touches de fonction que celle du poids.

Remarque: Pour les enfants (7 à 17 ans), l'unité n'affiche que le Poids et le Pourcentage de graisse corporelle.

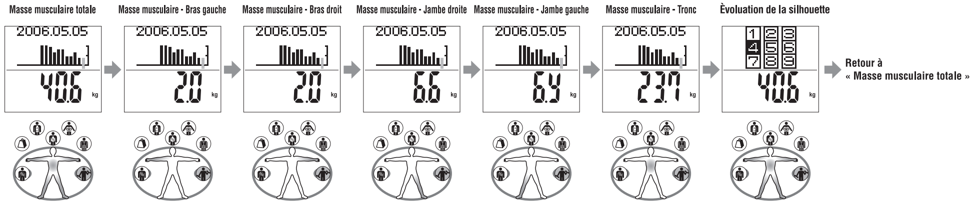
% de graisse corporelle:

Âge applicable : 7-99.
Appuyez de manière continue sur la touche d'ficône pour afficher les lectures dans l'ordre indiqué ci-dessous.



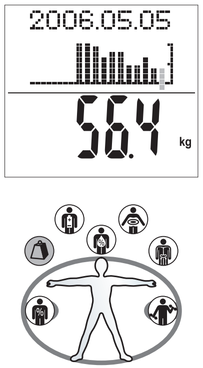
Masse musculaire

Âge applicable: 18-99.
Appuyez de maniére continue sur la touche d'ficône pour afficher les lectures dans l'ordre indiqué ci-dessous.



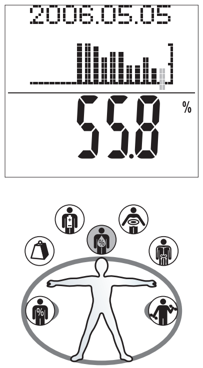
Poids

Age applicable : 7 ou plus



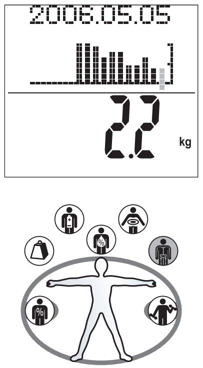
% d'eau

Âge applicable: 18-99.



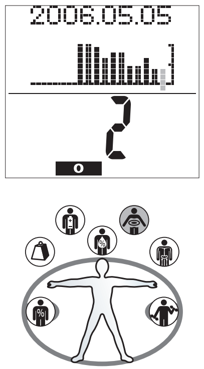
Masse osseuse

Âge applicable: 18-99.



Graisse viscèrale

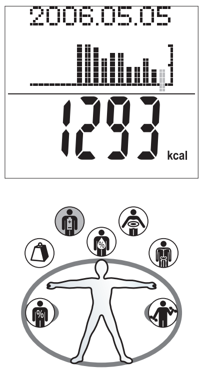
Âge applicable: 18-99.



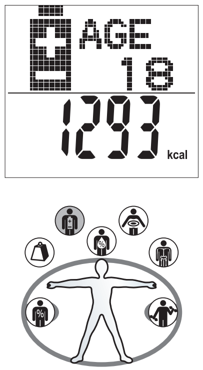
BMR & Âge mètabolique

Âge applicable: 18-99.
En appuyant sur cette touche l'affichage apparaîtra la première fois dans l'ordre suivant. Vous pouvez appuyer à nouveau sur cette même touche pour obtenir chacune des lectures.

Age métabolique



Âge mètabolique



3. Fonction de graphique Quotidien, Hebdomadaire et Mensuel

•Pendant l'affichage du résultat actuel …

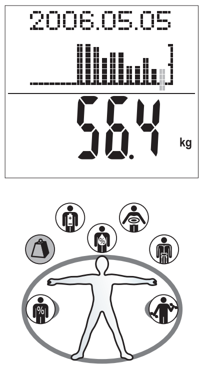
Une fois les mesures terminées, les résultats actuels et le graphique quotidien s'afficheront.

Si vous appuyez sur la touche « GRAPH » pendant l'affichage des résultats actuels, l'affichage du graphique changera dans l'ordre Quotidien ➡ Hebdomadaire ➡ Mensuel. Utilisez la touche ▲ ou ▼ pour retourner aux résultats précédents.

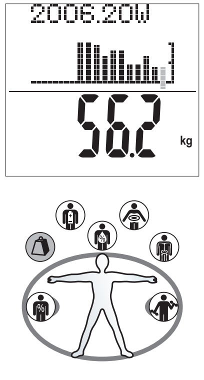
● Pendant que la balance est éteinte …

Si vous appuyez sur votre touche numérique personnelle puis sur la touche « GRAPH » alors que la pesée est éteinte, l'afficheur indiquera le graphique quotidien avec les résultats les plus récents.

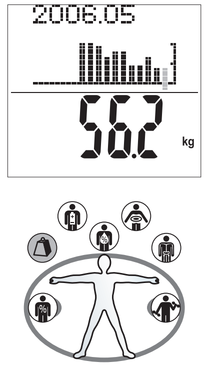
Si vous appuyez à nouveau sur la touche « GRAPH », l'affichage du graphique changera dans l'ordre Quotidien ➡ Hebdomadaire ➡ Mensuel, puis retournera au graphique Quotidien. Utilisez la touche ▲ ou ▼ pour retourner aux résultats précédents.



Graphique quotidien



Graphique hebdomadaire

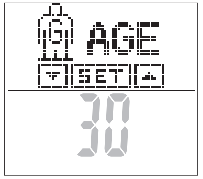


Graphique mensuel

Remarque:

- Le graphique indiquera la date du calendrier dans le cas du graphique Quotidien, 52 semaines dans le cas du graphique Hebdomadaire, et 36 mois dans le cas du graphique Mensuel.
- S'il n'y a pas de données de suivi, la touche GRAPH n'est pas disponible.
- Si vous désirez éteindre l'appareil avant qu'il ne s'éteigne automatiquement, appuyez sur la touche OFF.
- Si vous changez votre date de naissance ou votre genre dans les données personnelles, vos données de suivi seront supprimées.

PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ

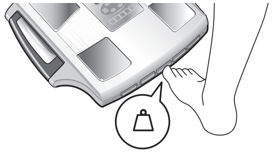


Appuyez sur la touche ▲ et suivez ensuite les étapes de programmation pour enregistrer vos données personnelles : votre âge, votre sexe et votre taille.

Remarque: si vous montez sur le plateau avant que l'écran n'affiche « 0.0 », le message « Error » apparaîtra et vous serez dans l'incapacité d'effectuer une mesure/pesée.

Remarque: Âge applicable: 7-99.

LECTURE DU POIDS UNIQUEMENT



Sélectionnez la touche Poids seulement

Avec l'orteil, appuyez sur la touche Poids seulement. Au bout de 2 ou 3 secondes, « 0.0 » apparaîtra sur l'afficheur et l'appareil émettra un bip. Lorsque « 0.0 » apparaît sur l'afficheur, montez sur la plate-forme. La valeur de poids corporel apparaîtra. Si vous restez sur la plate-forme, l'afficheur clignotera pendant environ 30 secondes puis l'appareil s'éteindra automatiquement. Si vous descendez de la plate-forme, l'indication du poids demeurera pendant environ 30 secondes puis l'appareil s'éteindra automatiquement.

DÉPANNAGE

En cas de problème, consultez la liste suivante avant de contacter Tanita.

• Le message « Lo » s'affiche à l 'écran ou toutes les données s'affichent puis disparaissent immédiatement.

Il est temps de changer les piles. Lorsque ce message s'affiche, remplacez les piles immédiatement. Des piles usées risquent d'affecter l'exactitude des mesures effectuées. Toutes les piles doivent être remplacées en même temps. Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

Remarque: les réglages restent mémorisés lors du changement des piles.

• « NO RECORD » apparaît sur l'afficheur.

Vos données personnelles n'ont pas été programmées. Suivez les instructions de programmation à la page 20.

• « Error » apparaît pendant la prise de mesure.

Tenez-vous sur la plate-forme en bougeant le moins possible.
L'unité ne peut pas mesurer votre poids de manière précise si elle détecte un mouvement.
Le pourcentage de graisse corporelle est de plus de 75%, les lectures ne peuvent être obtenues.

• La mesure du Pourcentage de Graisse Corporelle n'apparaît pas ou « ----- » apparaît après la mesure du poids.

Assurez-vous d'avoir retiré vos chaussettes ou vos bas, et que les plantes de vos pieds sont propres et correctement alignées sur les guides de la plate-forme de mesure.

• « Loading » apparaît sur l'afficheur.

Les données sont en cours de chargement. Veuillez patienter.

• Le message « OL » s'affiche au cours de la pesée.

Votre poids ne peut s'afficher, s'il est supérieur à la portée maximale de la balance.

• « AGE ERROR » apparaît sur l'afficheur.

Si vous programmez une date inexacte et que votre âge devient négatif, « AGE ERROR » apparaîtra sur l'afficheur après la pression sur la touche personnelle.
Si vous êtes âgé de 100 ans ou plus, seul le résultat du poids sera affiché.

INTRODUCTIE

Hartelijk bedankt dat u voor een lichaamssamenstellingmonitor van Tanita.
Dit toestel maakt deel uit van het uitgebreide gamma persoonlijke gezondheidsproducten van Tanita.
Deze handleiding leidt u door de instellingen en belangrijkste functies ervan.
Bewaar ze zorgvuldig zodat u ze in de toekomst opnieuw kunt raadplegen. Meer informatie over een gezonde levensstijl vindt u op onze website www.tanita.com.
De Tanita-producten worden ontwikkeld op basis van het recentste klinische onderzoek en de modernste technologieën.
De medische adviesraad van Tanita controleert alle gegevens om de nauwkeurigheid te verzekeren.
Als u de pictogramtoets blijft indrukken worden uitlezingen in onderstaande volgorde weergegeven.

N.B.: Deze gebruiksaanwijzing aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.

⚠ Veiligheidsvoorzorgen

Mensen met een elektronisch medisch implantaat zoals bijvoorbeeld een pacemaker, mogen geen lichaamssamenstellingmonitor gebruiken. De monitor stuur namelijk een zwak elektrisch signaal door het lichaam dat de werking van implantaten kan storen.
Zwangere vrouwen dienen alleen de gewicht-meetfunctie te gebruiken. Alle andere functies zijn niet bedoeld voor zwangere vrouwen.
Plaats het toestel niet op gladde oppervlakken zoals een natte vloer.
De gegevens in het geheugen gaan mogelijk verloren bij een fout gebruik of vermogenssprongen.
Tanita aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor verliezen veroorzaakt door het verlies van bewaarde gegevens.
Tanita aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor alle schade of verlies veroorzaakt door deze monitor of claims van derden.

Belangrijke gebruiksvoorschriften

Deze lichaamsvetmeter is bestemd voor actieve tot middelmatig actieve volwassenen en kinderen (leeftijden 7–17) en volwassenen met atletische lichaamstypen.

Tanitas definitie van een "atleet" is een persoon die ongeveer 10 uur per week intensief traint en in rust een hartslag heeft van ongeveer 60 slagen per minuut of minder. Tanitas definitie van een atleet omvat tevens "levenslange fitte" personen die reeds jarenlang in goede conditie zijn maar momenteel minder dan 10 uur intensief trainen.

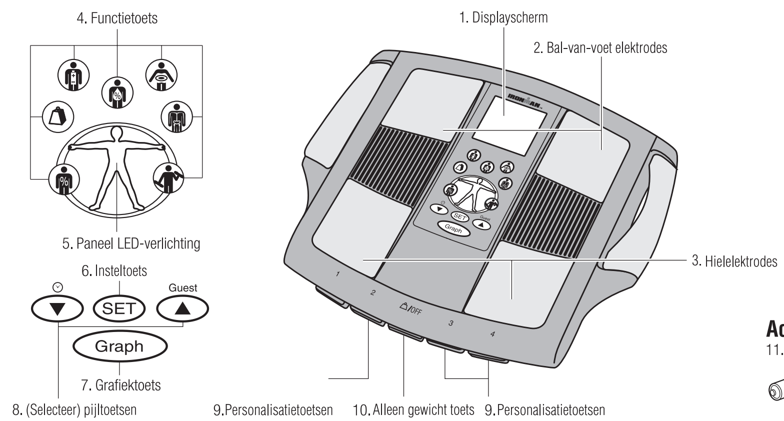
De lichaamsvetmeetfunctie is niet bedoeld voor zwangere vrouwen, professionele atleten of bodybuilders.

De in het geheugen opgeslagen gegevens kunnen verloren gaan als het apparaat onoordeelkundig wordt gebruikt of blootgesteld wordt aan te grote verschillen in voedingsspanning. Tanita aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor enige schade veroorzaakt door het verlies van de opgeslagen gegevens.
Tanita wijst alle aansprakelijkheid voor enige schade of verlies veroorzaakt door het apparaat of eventuele eisen tot schadevergoeding van derden van de hand.

N.B.: De metingen van het lichaamsvetpercentage zullen variëren afhankelijk van de hoeveelheid water in het lichaam en kunnen beïnvloed worden door dehydratie of overhydratie als gevolg van bijvoorbeeld alcoholgebruik, menstruatie, ziekte, intensieve training enz.

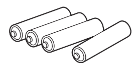
EIGENSCHAPPEN EN FUNCTIES

Weegschaal

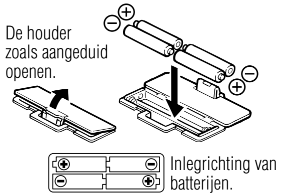


Accessoires

11. AA batterijen (4)



VOORBEREIDINGSMAATREGELEN



⚠ Inleggen van batterijen

Het deksel van de batterijhouder aan de achterkant van de weegschaal openen.
De meegeleverde AA batterijen zoals aangegeven erin leggen.

N.B.: Ervoor zorgen dat de min- en pluspolen van de batterijen zich op de juiste plaats bevinden. Als de batterijen niet op de juiste plaats liggen dan kan de vloeistof gaan lekken en de vloer beschadigd worden. Als u van plan bent om het apparaat gedurende lange tijd niet te gebruiken, dan is het raadzaam om de batterijen voor het opbergen te verwijderen.

De batterijen die vanuit de fabriek werden geleverd kunnen door het verstrijken van de tijd een lagere lading hebben.



⚠ Installeren van de weegschaal

Plaats de weegschaal op een hard, plat oppervlak met weinig blootstelling aan trillingen voor een veilige en nauwkeurige meting.

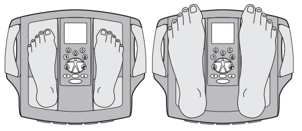
N.B.: Om mogelijk letsel te voorkomen raden wij u aan om niet op de rand van de weegschaal te gaan staan.

Tips voor gebruik

Deze weegschaal is een precisie-instrument dat gebruik maakt van geavanceerde technologie. De volgende instructies zorgvuldig opvolgen om het apparaat in een optimale staat te houden:

- Niet proberen om de weegschaal te demonteren.
- Bewaar het toestel horizontaal en zorg ervoor dat de toetsen niet per ongeluk ingedrukt kunnen worden.
- Het apparaat niet te zwaar belasten of aan hevige trillingen blootstellen.
- Het apparaat in een omgeving plaatsen buiten het bereik van direct zonlicht, verwarmingsinstallaties, hoge vochtigheid of extreme temperatuurfluctuaties.
- Het apparaat nooit in water onderdompelen. Gebruik alcohol om de elektrodes schoon te maken en glasreiniger (eerst op een doekje aanbrengen) om ze glanzend te houden; zeep vermijden.
- Stap niet met natte voeten op de weegschaal.
- Laat geen andere dingen op de weegschaal vallen.
- Draag het toestel niet aan de hand-elektrodes.
- Laat de hand-elektrodes pas los als de kabel geheel in het toestel is opgeborgen.
- Trek de kabel niet verder uit dan tot het rode merkteken.

AFLEESNAUWKEURIGHID



Hielen op het middelste gedeelte van de elektrodes

De tenen mogen buiten de weegschaal uitsteken

N.B.: Een nauwkeurige aflezing is niet mogelijk wanneer uw voetzolen niet schoon zijn als uw knieën gebogen zijn als u op de weegschaal staat.

Voor een optimale afleesnauwkeurigheid raden wij u aan om uw gewicht en lichaamsvetpercentage te bepalen zonder kleren aan en onder dezelfde vochtcondities. Als u uw kleren niet uitdoet, moet u altijd uw sokken of nylons uittrekken en ervoor zorgen dat uw voetzolen schoon zijn voordat u op de weegschaal stapt.
Zorg ervoor dat uw hielen zich in een lijn bevinden met de elektrodes op de weegschaal.
Uw voeten mogen groter zijn dan het weegplateau - nauwkeurige aflezingen kunnen nog steeds verkregen worden zelfs als uw voeten buiten de weegschaal uitstekenHet beste is om op dezelfde tijd van de dag uw gewicht en lichaamsvet te bepalen. Probeer om drie uur na het opstaan, eten, of inspannende lichaamsoefeningen te wachten met het nemen van metingen. Alhoewel aflezingen onder andere omstandigheden niet dezelfde absolute waarden vertegenwoordigen, zijn ze nauwkeurig voor het bepalen van fluctuaties mits de metingen regelmatig worden uitgevoerd. Vergelijk het gewicht en lichaamsvetpercentage dat onder dezelfde condities over een bepaalde periode van tijd werd bepaald om uw voortgang te beoordelen.

AUTOMATISCHE UNITSCHAKELFUNCTIE

De automatische uitschakelfunctie schakelt automatisch de stroom uit in de volgende gevallen:

- Als u het meetproces onderbreekt. De stroom wordt binnen 10 tot 20 seconden automatisch uitgeschakeld, afhankelijk van het gebruik.
- Als er een te groot gewicht op de weegschaal wordt geplaatst.
- Als u een van de toetsen of knoppen 60 seconden lang niet aanraakt tijdens het programmeren.*
- Nadat u klaar bent met het meten.

***N.B.:** Als het toestel automatisch uit gaat, dient u de stappen onder "Persoonlijke gegevens instellen en opslaan in het geheugen" (P. 28) te herhalen.

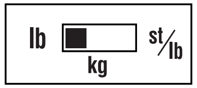
VERANDEREN VAN GEWICHTSEENHEID

N.B.: alleen bij modellen met een gewichtseenheidschakelaar

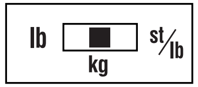
U kunt de aanduiding van de gewichtseenheid wijzigen met de schakelaar op de achterzijde van de weegschaal, zoals in de afbeelding is weergegeven.

N.B.: wanneer de gewichtseenheid op ponden of "stone-pounds" wordt ingesteld, wordt de programmering van de hoogte automatisch op voet en inch ingesteld. Als kilo's worden ingesteld, wordt de hoogte automatisch op centimeters gezet.

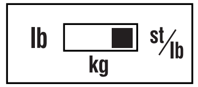
lb (Pfund)



kg (Kilogramm)



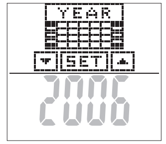
st-lb (Stein-Pfund)



DATUM EN TIJD (OPNIEUW) INSTELLEN

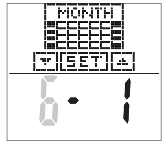
1. Jaar instellen

U zet het toestel aan door de knop ⏲/naar beneden 3 seconden ingedrukt te houden.
Stel het jaar in door op de knop ▲ of ▼ te drukken en druk vervolgens op de knop SET.
Het toestel laat ter bevestiging eenmaal een geluidssignaal horen.
(Keuzebereik jaren: 2006-2050)



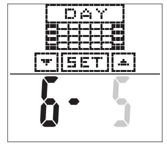
2. Maand instellen

Stel het maand in door op de knop ▲ of ▼ te drukken en druk vervolgens op de knop SET.
Het toestel laat ter bevestiging eenmaal een geluidssignaal horen.



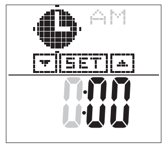
3. Dag instellen

Betätigen Sie die Tasten ▲ und ▼, um den Tag einzustellen, und drücken Sie dann die SET-Taste.
Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



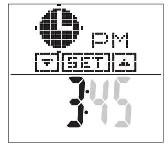
4. Uur instellen

Stel het uur in door op de knop ▲ of ▼ te drukken en druk vervolgens op de knop SET.
Het toestel laat ter bevestiging eenmaal een geluidssignaal horen.



5. Minuten instellen

Stel de minuten in door op de knop ▲ of ▼ te drukken en druk vervolgens op de knop SET.
Het toestel laat ter bevestiging van het programmeren tweemaal een geluidssignaal horen.
Het toestel schakelt zichzelf daarna uit.

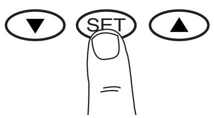


N.B.:

- **Als u de datum wijzigt in een datum vóór de huidige, gaan alle bijgehouden gegevens voor alle gebruikers verloren.**
- Herhaal na het vervangen van de batterijen stap 1 – 5 "DATUM EN TIJD (OPNIEUW) INSTELLEN". Als u de batterijen vervangt zullen de instellingen van de datum en de tijd verloren gaan.
- Wanneer tijdens dit proces 60 seconden of meer geen gebruik wordt gemaakt van het toestel, schakelt het zichzelf uit. Als gevolg daarvan zullen geen gegevens worden opgeslagen.
- Als u een vergissing maakt of het toestel wilt uitschakelen voordat u het programmeren hebt afgerond, schakel het toestel dan uit door op de knop OFF te drukken. Als gevolg daarvan zullen geen gegevens worden opgeslagen.
- Als u de knop ⏲/naar beneden indrukt (niet ingedrukt houdt), kunt de actuele datum en tijd in de display zien.

PERSOONLIJKE GEGEVENS INSTELLEN EN OPSLAAN IN HET GEHEUGEN

U kunt de waarden alleen aflezen als de gegevens in een van de persoonlijke geheugens of het gastgeheugen zijn ingevoerd.
De monitor kan de persoonlijke gegevens van maximaal 4 personen bewaren.

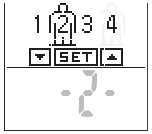


1. Stroominschakeling

Op de insteltoets drukken om het apparaat aan te zetten (na het programmeren op een personalisatietoets drukken waardoor het apparaat wordt ingeschakeld). Het toestel zal een piepsignaal geven ten teken dat het is ingeschakeld, de nummers voor de personalisatietoetsen (1, 2,3,4) zullen worden getoond en het display zal gaan knipperen.

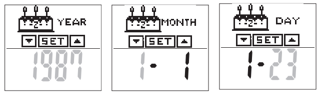
N.B.: Als u het apparaat zestig seconden lang niet gebruikt nadat het apparaat in werking werd gesteld, dan schakelt het apparaat automatisch uit.

N.B.: Druk op de 'alleen gewicht' toets om direct te stoppen als u een verkeerde instelling invoert of het apparaat uit wilt schakelen voordat u klaar (⌂) bent met programmeren.



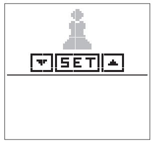
2. Selecteren van een personalisatietoetsnummer

Druk op de omhoog- en omlaagtoetsen om een personalisatietoets te selecteren. Druk op de insteltoets zodra u het nummer van de personalisatietoets heeft bereikt dat u wilt gebruiken. Het apparaat zal een keer een pieptoon laten horen ter bevestiging.



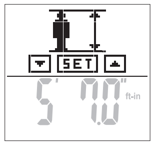
3. Uw geboortedag instellen

Stel uw geboortedag in (Jaar/Maand/Dag) met de knop ▲ of ▼. U bevestigt elk geprogrammeerd gegeven met een druk op de knop SET.
Het toestel laat ter voltooiing van het programmeren eenmaal een geluidssignaal horen.
N.B.: Het leeftijdsbereik is 7 – 99 jaar.



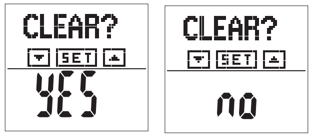
4. Vrouw of Man selecteren

Blader met de knoppen Op/Neer door de instellingen Vrouw ( ) of Man ( ), Vrouw/Atleet (/) en Man/Atleet (/) druk daarna op de knop Set. Het toestel laat ter bevestiging eenmaal een geluidssignaal horen.
Stand Atleet: Zie voor een verklaring van het gebruik P.25.



5. De lichaamslengte opgeven

De display houdt standaard 170 cm (5' 7.0") aan (het bereik voor de gebruiker ligt van 3'40" – 7' 3.0" ofwel 100 cm – 220 cm).
Stel de lichaamslengte in met de knoppen Op/naar beneden en druk vervolgens op de knop Set.
Het toestel geeft tweemaal een geluidssignaal en uw geprogrammeerde gegevens verschijnen ter bevestiging op de display.
Het toestel schakelt zichzelf daarna uit.

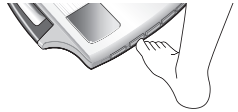


N.B.: Wanneer u de geboortedag en/of de instelling Man/Vrouw wijzigt, geeft het toestel de melding "CLEAR" (Wissen) Selecteert u "YES" met behulp van de knoppen Op/Neer, dan worden de bestaande persoonlijke gegevens en de bijgehouden gegevens gewist.
Selecteert u "NO" met behulp van de knoppen Op/Neer , dan worden geen nieuwe gegevens opgeslagen (bestaande gegevens blijven ongewijzigd) en wordt het toestel uitgeschakeld.

LICHAAMSSAMENSTELLING AFLEZEN

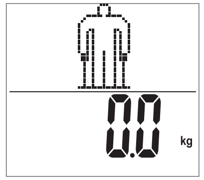
1. Persoonlijke toets selecteren en opstappen

Tik met uw teen op uw voorgeprogrammeerde Persoonlijke Toets.

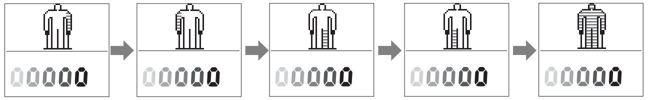


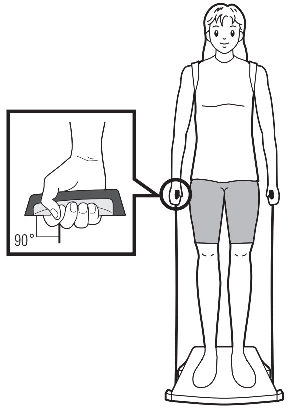
Het toestel geeft een geluidssignaal en de display toont de geprogrammeerde gegevens.

Het toestel geeft opnieuw een geluidssignaal en in de display verschijnt "0.0". Trek nu de de hand-elektrodes naar buiten, houd de armen recht naar beneden en stap op het plateau.



N.B.: Denk eraan dat u geen schoenen of sokken mag dragen.
In de display verschijnen de resultaten in onderstaande volgorde tijdens de meting van het % lichaamsvet.
Het toestel laat ter voltooiing van de meting tweemaal een geluidssignaal horen.





N.B.:
- **Grijp de hand-elektroden zoals afgebeeld en houdt ze stevig vast.**
- Zet uw handen in uw zij en beweeg niet zolang de meting wordt uitgevoerd.
- Stapt u op het plateau voordat "0.0" verschijnt, dan toont de display de melding "Error" (Fout) en krijgt u geen uitlezing.
  Verder, als u niet op het plateau stapt binnen 60 seconden nadat "0.0" verschijnt, schakelt het toestel zichzelf uit.
- Houd uw armen recht omlaag en zorg ervoor dat u uw benen of enig ander deel van uw lichaam niet aanraakt met uw armen of handen.

2. Uw uitlezingen zien: Auto Display Process

Nadat de meting is verricht, toont de display automatisch het actuele resultaat met de datum en de LED-pictogramrichtlijn in de volgorde Gewicht ➡ Lichaamsvet % (Linkerarm) ➡ Lichaamsvet % (Rechterarm) ➡ Lichaamsvet % (Rechterbeen) ➡ Lichaamsvet % (Linkerbeen) ➡ Lichaamsvet % (Rompgedeelte) ➡ Gewicht.
(Zie "Functie dagelijkse, wekelijkse en maandelijkse grafiek" over de grafiek.)
Stap van de schaal.

N.B.: Opmerking: Wanneer het resultaat 30 seconden is getoond en het toestel niet wordt gebruikt, schakelt het zichzelf uit.
Als u knop(pen) indrukt terwijl het actuele resultaat wordt getoond, verschijnt de volgende informatie.

N.B.: Als er een aanzienlijk verschil is tussen de actuele en de eerdere resultaten, verschijnt "SAVE?" (OPSLAAN?). U kunt met de pijltoetsen "YES" of "NO" selecteren.
YES: Het actuele resultaat wordt opgeslagen.
NO: Het actuele resultaat wordt niet opgeslagen.

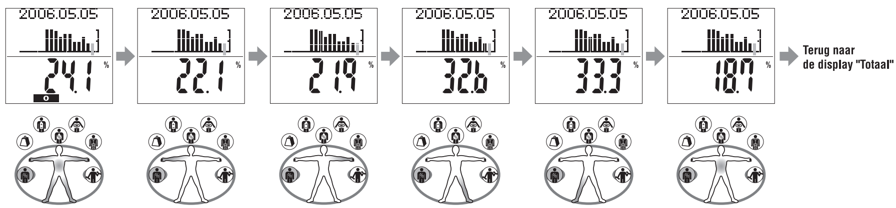
N.B.: Vanaf het moment dat u de leeftijd van 100 jaar bereikt, wordt alleen uw gewicht getoond. En de melding "AGE ERROR" (Leeftijdfout) verschijnt in de display wanneer u een andere functieknop indrukt dan de knop voor het gewicht.

N.B.: Bij kinderen (7 - 17 jaar) geeft het apparaat alleen het gewicht en het lichaamsvetpercentage aan.

% Lichaamsre:

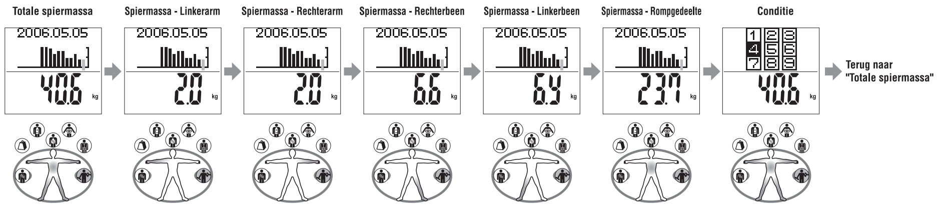
Toepasselijke leeftijd: 7-99.
Als u de pictogramtoets blijft indrukken worden uitlezingen in onderstaande volgorde weergegeven.

Totaal % Lichaamsvet | Lichaamsvet - Linkerarm | Lichaamsvet - Rechterarm | Lichaamsvet - Linkerbeen | Lichaamsvet - Rechterbeen | Lichaamsvet - Rompgedeelte



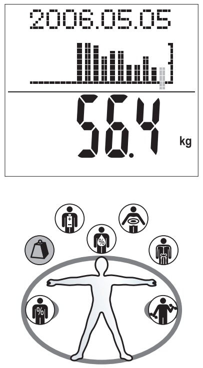
Spiermassa:

Toepasselijke leeftijd: 18-99.
Als u de pictogramtoets blijft indrukken worden uitlezingen in onderstaande volgorde weergegeven.



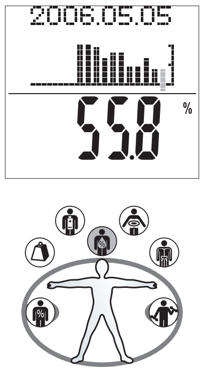
Lichoamsgewicht

Toepasselijke leeftijd: 7 or over.



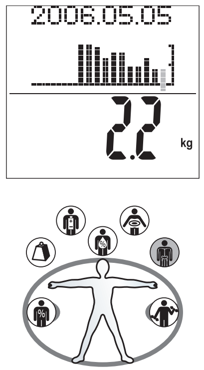
% Lichaamwat

Toepasselijke leeftijd: 18-99.



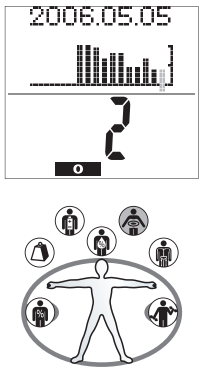
Masse osseuse

Toepasselijke leeftijd: 18-99.



Visceraal vet

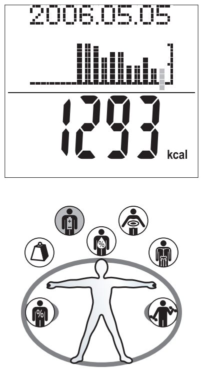
Toepasselijke leeftijd: 18-99.



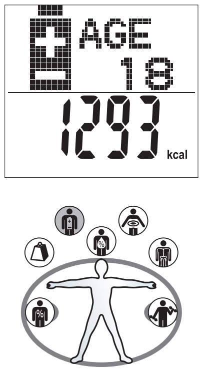
BMR & Metabolische leeftijd

Toepasselijke leeftijd: 18-99.
Druk op deze knop en voor de eerste keer verschijnen automatisch de volgende resultaten in onderstaande volgorde. Als u dezelfde knop weer indrukt, krijgt u de uitlezingen apart.

BMR



Metabolische leeftijd



3. Functie dagelijkse, wekelijkse en maandelijkse grafiek

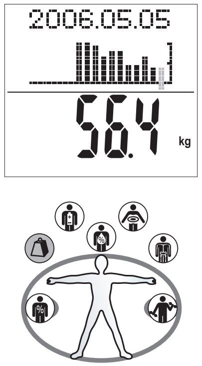
•Terwijl het actuele resultaat wordt getoond…

Na voltooiing van de meting worden het actuele resultaat en de dagelijkse grafiek getoond.
Als u knop "GRAPH" indrukt, terwijl het actuele resultaat wordt getoond, verschijnt achtereenvolgens in de display Dagelijkse ➡ Wekelijkse ➡ Maandelijkse Grafiek. Ga met behulp van de knop ▲ of ▼ terug naar het vorige resultaat.

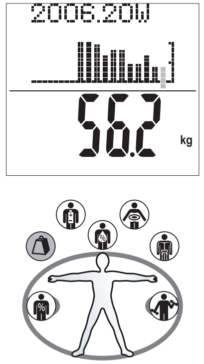
•Terwijl de schaal uitstaat…

Drukt u op de knop van uw persoonlijke nummer en dan op de knop "GRAPH" terwijl de schaal uitstaat, dan laat de display de dagelijkse grafiek met het meest recente resultaat zien.

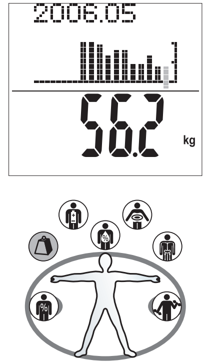
Als u opnieuw de knop "GRAPH" indrukt, verschijnt achtereenvolgens in de display de Dagelijkse ➡ Wekelijkse ➡ Maandelijkse Grafiek en daarna weer de Dagelijkse Grafiek. Ga met behulp van de knop ▲ of ▼ terug naar het vorige resultaat.



Dagelijkse Grafiek



Wekelijkse Grafiek

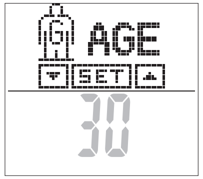


Maandelijkse Grafiek

N.B.:

- Bij de Grafiek wordt de dag van het jaar getoond voor de Dagelijkse Grafiek, 52 weken voor de Wekelijkse Grafiek en 36 maanden voor de Maandelijkse Grafiek.
- Als er geen gegevens zijn bijgehouden, kunt u de knop GRAPH niet indrukken.
- Als u het toestel wilt uitschakelen voordat het zichzelf uitschakelt, drukt u op de knop OFF.
- Als u de instelling van uw geboortedag en de instelling Man/Vrouw wijzigt in de persoonlijke gegevens, worden uw bijgehouden gegevens gewist.

GASTSTAND OROGRAMMEREN



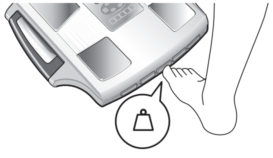
Met de gaststand kunt u de gegevens van een nieuwe gebruiker opvragenzonder de persoonlijke gegevens die in het geheugen bewaard werden, te verliezen.

Druk op de ▲ toets en volg vervolgens de standaardprocedure voor het invoeren van persoonlijke gegevens. Voer de leeftijd, het geslacht en de grootte in.

N.B.: Als u op de weegschaal stapt voordat “0.0” op het scherm verschijnt geeft het display "Error" aan en u krijgt geen aflezing.

N.B.: Toepasselijke leeftijd: 7-99.

ALLEEN GEEICHT BEPALEN



Toets Alleen Gewicht selecteren

Tik met uw teen op de toets Alleen Gewicht. Na 2 of 3 seconden verschijnt "0.0" in de display en laat het toestel een geluidssignaal horen. Wanneer "0.0" in de display verschijnt, stapt u op het plateau. De waarde voor het lichaamsgewicht verschijnt. Als u op het plateau blijft staan, knippert de display gedurende ongeveer 30 seconden en daarna schakelt het toestel zichzelf uit. Als u van het plateau stapt, blijft het gewicht ongeveer 30 seconden in de display staan en daarna schakelt het toestel zichzelf uit.

FOUTOPSPORING

Bij het optreden van de volgende problemen… de volgende maatregelen nemen…

- **Een verkeerde gewichtsaanduiding verschijnt, gevolgd door kg, lb of st-lb.**
  Raadpleeg "VERANDEREN VAN GEWICHTSEENHEID" op p.27.
- **"Lo" verschijnt op het display, of alle gegevens verschijnen en verdwijnen vervolgens onmiddellijk.**
  De batterijen zijn bijna leeg. Vervang de batterijen onmiddellijk nadat dit bericht op het scherm verschijnt aangezien zwakke batterijen de meetnauwkeurigheid beïnvloeden. Alle batterijen gelijktijdig door nieuwe AA batterijen vervangen.
  Het apparaat wordt geleverd met testbatterijen - de levensduur hiervan kan kort zijn.
  N.B.: Uw instellingen worden niet uit het geheugen gewist als u de batterijen vervangt.
- **"NO RECORD" (Geen Gegevens) verschijnt in de display.**
  Uw persoonlijke gegevens zijn niet geprogrammeerd. Volg de instructies voor het programmeren op blz. 28.
- **“Error” verschijnt tijdens de maatneming.**
  Kunt U op het toestel staan met zo weinig mogelijk beweging te maken.
  De eenheid kan geen nauwkeurig gewicht geven indien er een beweging gebeurd.
  Het Percentage van het Lichaamsvet is meer dan 75%, kunnen de lezingen uit de eenheid worden verkregen niet.
- **De Lichaamsgewichtspercentage verschijnt niet of “-----” verschijnt nadat het gewicht is gemeten.**
  Zorg ervoor dat sokken en kousen afgenomen zijn, de zolen van Uw voeten rein zijn en dat Uw voeten volledig op de juiste lijnen van het metend toestel geplaatst zijn.
- **"Loading…" (Worden geladen…) verschijnt in de display.**
  De gegevens worden geladen. Een ogenblikje geduld alstublieft.
- **"OL" verschijnt tijdens het meten.**
  Er kan geen uitlezing zijn als het weegvermogen wordt overschreden.
- **"AGE ERROR" (Leeftijdfout) verschijnt in de display.**
  Als u niet de juiste datum programmeert en uw leeftijd wordt een negatief getal, verschijnt "AGE ERROR" (Leeftijdfout) in de display wanneer u uw persoonlijke toets indrukt.
  Vanaf het moment dat u de leeftijd van 100 jaar bereikt, wordt alleen uw gewicht getoond.

INTRODUZIONE

Grazie per aver selezionato il monitor Tanita un della composizione corporea, uno di una vasta serie di prodotti sanitari per uso domestico prodotti da Tanita.
Questo manuale d'istruzioni vi guida attraverso le procedure d'impostazione e vi presenta le funzionalità chiave.
Conservate il manuale per poterlo consultare in futuro. Nel nostro sito web www.tanita.com troverete ulteriori informazioni per mantenere uno stile di vita sano.
I prodotti Tanita incorporano la ricerca clinica e le innovazioni tecnologiche più recenti.
Tutti i dati sono monitorizzati dal Consiglio Consultivo Medico Tanita, che ne verifica l'accuratezza.
Il presente modello BC-558 consente di misurare il peso e l'impedenza. Sulla base di queste misurazioni, vengono calcolati anche i seguenti valori: percentuale di grasso corporeo totale e parziale, massa idrica, massa muscolare totale e
parziale, forma fisica, massa ossea, livello di grasso viscerale con indicazione del livello di salute, metabolismo basale (BMR) ed età metabolica.
NB: Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.

⚠ Precauzioni di sicurezza

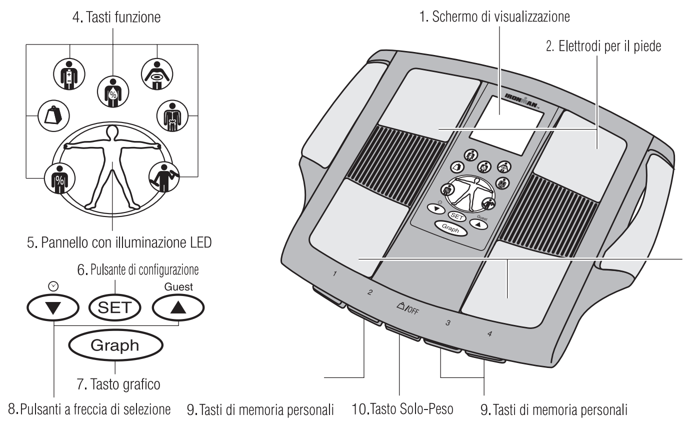
Ricordare che le persone con dispositivi medici elettronici impiantati, tipo pacemaker, non devono utilizzare il monitor Tanita della composizione corporea, perché questo apparecchio fa passare un segnale elettrico basso attraverso il corpo, che può interferire con il funzionamento del dispositivo impiantato.
Le donne in gravidanza devono utilizzare solo la funzione di pesatura. Tutte le altre funzioni non sono destinate all'utilizzo da parte di donne in gravidanza.
Non mettere il monitor della composizione corporea sopra superfici scivolose, ad es. un pavimento bagnato.
I dati registrati possono essere perduti se il monitor viene utilizzato in modo errato o esposto a colpi di corrente elettrica.
Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita causata dalla perdita dei dati registrati.
Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da questi apparecchi, o per qualsiasi tipo di reclamo presentato da una terza persona.

Belangrijke gebruiksvoorschriften

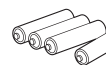
Deze lichaamsvetmeter is bestemd voor actieve tot middelmatig actieve volwassenen en kinderen (leeftijden 7–17) en volwassenen met atletische lichaamstypen.
Tanitas definitie van een “atleet” is een persoon die ongeveer 10 uur per week intensief traint en in rust een hartslag heeft van ongeveer 60 slagen per minuut of minder. Tanitas definitie van een atleet omvat tevens “levenslange fitte” personen die reeds jarenlang in goede conditie zijn maar momenteel minder dan 10 uur intensief trainen.
De lichaamsvetmeetfunctie is niet bedoeld voor zwangere vrouwen, professionele atleten of bodybuilders.
De in het geheugen opgeslagen gegevens kunnen verloren gaan als het apparaat onoordeelkundig wordt gebruikt of blootgesteld wordt aan te grote verschillen in voedingsspanning. Tanita aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor enige schade veroorzaakt door het verlies van de opgeslagen gegevens.
Tanita wijst alle aansprakelijkheid voor enige schade of verlies veroorzaakt door het apparaat of eventuele eisen tot schadevergoeding van derden van de hand.
N.B.: De metingen van het lichaamsvetpercentage zullen variëren afhankelijk van de hoeveelheid water in het lichaam en kunnen beïnvloed worden door dehydratie of overhydratie als gevolg van bijvoorbeeld alcoholgebruik, menstruatie, ziekte, intensieve training enz.

CARATTERISTICHE E FUNZIONALITÁ

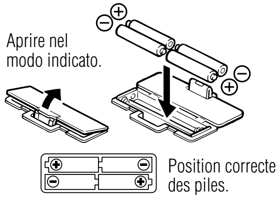
Piattaforma di misurazione



Accessori
11. Batterie AA (4)



PREPARAZIONI PRIMA DELL'USO



⚠ Inleggen van batterijen

Aprire il coperchio del vano batterie sul retro della piattaforma di misurazione.
Inserire le batterie AA fornite secondo le istruzioni.

NB: Accertarsi che la polarità delle batterie sia configurata correttamente. Se le batterie sono posizionate in modo errato, il fluido può fuoriuscire e danneggiare i pavimenti. Se non si intende utilizzare questa unità per un lungo periodo di tempo, si consiglia di rimuovere le batterie prima di conservarla.

Si noti che le batterie in dotazione possono essersi nel tempo.



⚠ Posizionamento della bilancia/monitor

Mettere la piattaforma di misurazione sopra una superficie rigida orizzontale dove siano presenti minime vibrazioni per garantire l'effettuazione di misurazioni precise e sicure.

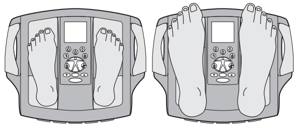
NB: Per evitare possibili infortuni, non poggiare il piede sul bordo della piattaforma.

Suggerimenti per l'uso

La bilancia/monitor è uno strumento di precisione che utilizza tecnologia all'avanguardia. Per mantenere l'unità nelle condizioni migliori, seguire attentamente le seguenti istruzioni:

- Non tentare di smontare la piattaforma di misurazione.
- Riporre l'apparecchio in posizione orizzontale sistemandolo in modo che i pulsanti non siano premuti accidentalmente.
- Evitare impatti o vibrazioni eccessive sull'unità.
- Posizionare l'unità in un'area lontana dalla luce diretta del sole, da apparecchi per il riscaldamento, da umidità elevata o da estremi di temperatura.
- Non sommergere mai in acqua. Utilizzare dell'alcol per pulire gli elettrodi e detergente per i vetri (applicato precedentemente su un panno) per mantenerli lucidi; evitare il sapone.
- Non si deve montare sulla piattaforma quando è bagnato.
- Non si deve far cadere oggetti sopra.
- Non trasportare l'unità afferrandola dagli elettrodi per le mani.
- Non lasciare gli elettrodi per le mani finché il cavo non sia completamente rientrato (better TR) nell'unità.
- Non tirare il cavo oltre il segno rosso.

RILEVAMENTO DI VARORI ACCURATI



Fersen mitten auf Elektroden

Le dita dei piedi possono sporgere dalla piattaforma di misurazione

Anmerkung: Bei schmutzigen Füßen, gebeugten Knien oder einer sitzenden Position kann kein genauer Messwert erzielt werden

Um genaue Messwerte zu erhalten, wiegen Sie sich ohne Kleidung bei gleich bleibendem Wasserhaushalt. Sollten Sie sich mit Kleidung wiegen, ziehen Sie vorher Socken bzw. Strümpfe aus und achten Sie darauf, dass Ihre Füße sauber sind, bevor Sie auf die Messplattform steigen.
Vergewissern Sie sich, dass Ihre Fersen richtig auf den Elektroden der Messplattform stehen. Es macht nichts, wenn Ihre Füße zu groß für das Gerät sind – Sie erhalten auch dann noch genaue Messwerte, wenn Ihre Zehen über die Plattform hinausragen.
Es ist wichtig, dass Sie die Messungen nach Möglichkeit immer zur gleichen Tageszeit durchführen. Warten Sie nach dem Aufstehen, Essen oder nach intensivem Training etwa drei Stunden mit dem Messen. Sollte Ihnen die Messung unter diesen Bedingungen nicht möglich sein, erhalten Sie zwar nicht die gleichen absoluten Werte, können anhand dieser Werte jedoch die Änderungen in Ihrem Körperfettanteil bestimmen, solange die Messungen unter gleich bleibenden Bedingungen ausgeführt werden. Um Ihren Fortschritt zu überwachen, vergleichen Sie Ihr Gewicht und Ihren Körperfettanteil über einen längeren Zeitraum hinaus unter gleichen Bedingungen.

FUNZIONE DI SPEGNIMENTO AUTOMATICO

La funzione di spegnimento automatico spegne automaticamente l'alimentazione nei seguenti casi:

- Se si interrompe il processo di misurazione. L'alimentazione si spegne entro 10-20 secondi, a seconda del tipo di operazione.
- Se un peso estremo viene applicato alla piattaforma.
- Durante la programmazione, se non si tocca nessun pulsante o tasto entro 60 secondi.*
- Dopo aver completato il processo di misurazione.

***NB:** Se l'apparecchio si spegne automaticamente, ripetere i passaggi a partire da "Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria" (pag. 36).

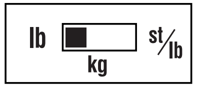
COMMUTAZIONE DELLA MODALITÀ DI PESO

Nota: Soltanto per l'uso con modelli dotati del commutatore della modalità di peso

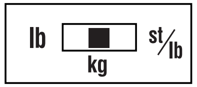
È possibile cambiare l'indicazione dell'unità usando il commutatore situato sul retro della bilancia, come mostrato nell'illustrazione.

Nota: Se la modalità di peso è impostata sulle libbre o libbre stone (stone-pounds), la programmazione dell'altezza verrà impostata automaticamente sui piedi o pollici. Parallelamente, se si selezionano i chilogrammi, l'altezza verrà automaticamente impostata sui centimetri.

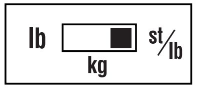
lb (Pfund)



kg (Kilogramm)



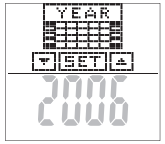
st-lb (Stein-Pfund)



IMPOSTAZIONE (RIPRISTINO) DATA E ORA

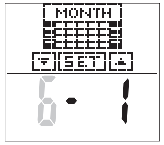
1. Impostare l'anno

Per accendere l'unità, tenere premuto il tasto /giù per 3 secondi.
Premere i tasti ▲ o ▼ per impostare l'anno, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette un segnale acustico di conferma.
(Anni selezionabili: 2006-2050).



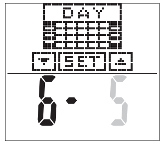
2. Impostare il mese

Premere i tasti ▲ o ▼ per impostare il mese, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette un segnale acustico di conferma.



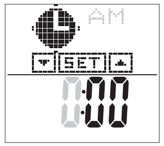
3. Impostare il giorno

Premere i tasti ▲ o ▼ per impostare il giorno, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette un segnale acustico di conferma.



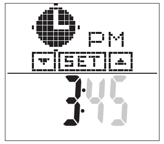
4. Impostare l'ora

Premere i tasti ▲ o ▼ per impostare l'ora, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette un segnale acustico di conferma.



5. Impostare i minuti

Premere i tasti ▲ o ▼ per impostare i minuti, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette due segnali acustici per confermare la programmazione e poi si spegne automaticamente.

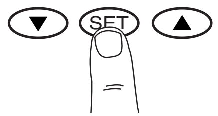


Nota:

- **Se la data viene modificata in una data precedente alla data corrente, i dati storici relativi a tutti gli utenti andranno persi.**
- Dopo aver sostituito le batterie, ripetere i punti 1 - 5 di "IMPOSTAZIONE (RIPRISTINO) DATA E ORA".
  La sostituzione delle batterie provoca la perdita delle impostazioni della data e dell'ora.
- Se durante questo processo rimane inattiva per almeno 60 secondi, l'unità si spegne automaticamente. In tal caso i dati immessi non verranno salvati.
- Se si commette un errore o si desidera spegnere l'unità prima di aver completato la programmazione,
- Se si preme (senza tenere premuto) il tasto /giù, è possibile visualizzare sul display la data e l'ora correnti.

CONFIGURAZIONE E MEMORIZZAZIONE DI DATI PERSONALI NELLA MEMORIA

Riceverete letture solo se i dati sono stati programmati in una delle memorie dati personali o nella modalità Ospite.
Il monitor può memorizzare i dati personali di un massimo di 4 persone.

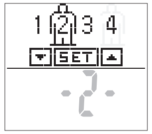


1. Accensione

Premere il pulsante Set per accendere l'unità (una volta programmata, quando si preme un tasto di memoria personale l'unità si accende automaticamente). L'unità emette un segnale acustico per confermare l'attivazione, i numeri di tasto personale (1.2.3.4) sono visualizzati e il display lampeggia.

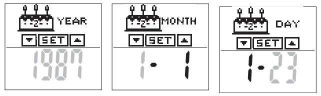
NB: Se non la si utilizza per un minuto dopo averla accesa, l'unità si spegne automaticamente.

NB: Se si commette un errore o si desidera spegnere l'unità prima di aver completato la programmazione, Premere il tasto Solo-Peso per (△) forzare la conclusione.



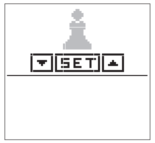
2. Selezione di un numero di tasto di memoria personale

Premere i tasti Su/Giù per selezionare un tasto di memoria personale. Quando si raggiunge il numero di tasto di memoria personale richiesto, premere il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.



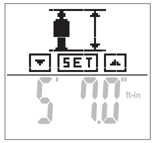
3. Impostare il giorno di nascita

Impostare la data del proprio giorno di nascita (anno / mese / giorno) utilizzando i tasti ▲ o ▼. Dopo ogni programmazione, premere il tasto SET per confermare.
L'unità emette un segnale acustico per completare la programmazione.
NB: L'intervallo di età disponibile è 7-99 anni.



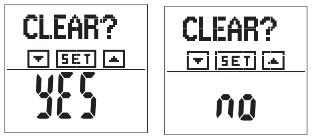
4. Selezionare femmina/maschio

Utilizzare i tasti su/giù per scorrere tra Femmina ( ) o Maschio ( ), Femmina/Atleta (/) e Maschio/Atleta (/), quindi premere il tasto SET. L'unità emette un segnale acustico di conferma.
Modalità Atlete (Atleta): vedere le istruzioni per l'uso a pag. 33.



5. Inserire l'altezza

L'impostazione predefinita sul display è 170cm (intervallo disponibile 100cm-220cm).
Utilizzare i tasti su/giù per specificare l'altezza, quindi premere il tasto SET.
L'unità emette due segnali acustici e come conferma vengono visualizzati i dati programmati.
L'unità si spegne automaticamente.

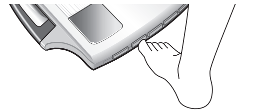


NB: Se si modifica il giorno di nascita e/o il sesso, sul display viene visualizzato "CLEAR" (Cancella). Se si seleziona "YES" (Sì) con i tasti su/giù, i dati personali esistenti e i dati storici verranno cancellati.
Se si seleziona "NO" (No) con i tasti su/giù, i nuovi dati non vengono salvati (i dati esistenti rimangono invariati) e l'unità si spegne.

EFFETTUAZIONE DELLE LETTURE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA

1. Selezionare il tasto personale e salire sull'unità

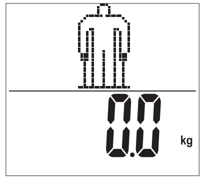
Utilizzando l'alluce, premere il tasto personale preprogrammato.

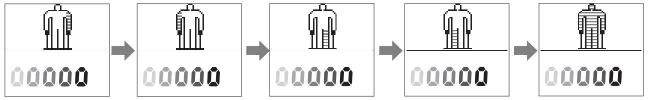


L'unità emette un segnale acustico e sul display vengono visualizzati i dati programmati.

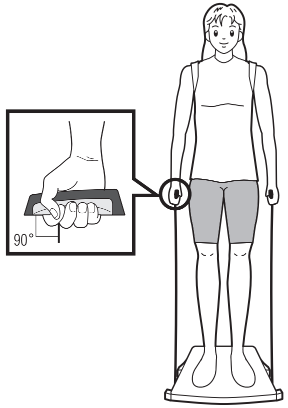
L'unità emette un altro segnale acustico e sul display viene visualizzato "0.0". A questo punto, estrarre gli elettrodi per le mani, tenerli con le braccia distese e salire sulla pedana.

NB: Salire senza indossare scarpe, né calzini.
Durante la misurazione della percentuale di grasso corporeo, sul display vengono visualizzati i dati nell'ordine mostrato sotto.
L'unità emette due segnali acustici per completare la misurazione.





NB:
- **Bitte Griff der Griff-Elektrode wie gezeigt, mit einem leichten Druck-Firma.**
- Tenere le mani lungo i fianchi e non muoversi finché la misurazione non è stata completata.
- Se si sale sulla pedana prima che venga visualizzato "0.0", sul display viene visualizzato "Error" (Errore) e la lettura non verrà eseguita.
  Se invece non si sale sulla pedana entro circa 60 secondi da quando viene visualizzato "0.0", l'unità si spegne automaticamente.
- Tenere le braccia dritte e parallele al corpo accertandosi di non toccare le gambe o qualsiasi altra parte del corpo con le braccia o le mani.



2. Letture: processo di visualizzazione automatica

Dopo che la misurazione è stata rilevata, sul display viene visualizzato automaticamente il risultato corrente, insieme alla data e alla rispettiva indicazione LED nell'ordine: Peso ➡ grasso corporeo % (braccio sinistro) ➡ grasso corporeo % (braccio destro) ➡ grasso corporeo % (gamba destra) ➡ grasso corporeo % (gamba sinistra) ➡ grasso corporeo % (tronco) ➡ Peso.(Per il grafico, consultare "Funzione grafico giornaliero, settimanale e mensile".)Scendere dalla bilancia pesapersone.

NB: Nota: L'funità si spegne automaticamente dopo 30 secondi di visualizzazione senza attività.
Se si premono i tasti quando è visualizzato il risultato corrente, si visualizzano le informazioni successive.

NB: Se c'è una differenza notevole tra il risultato corrente e quello precedente, viene visualizzato "SAVE?". Utilizzare i tasti freccia per selezionare "YES" o "NO".
YES: il risultato corrente viene salvato.
NO: il risultato corrente non viene salvato.

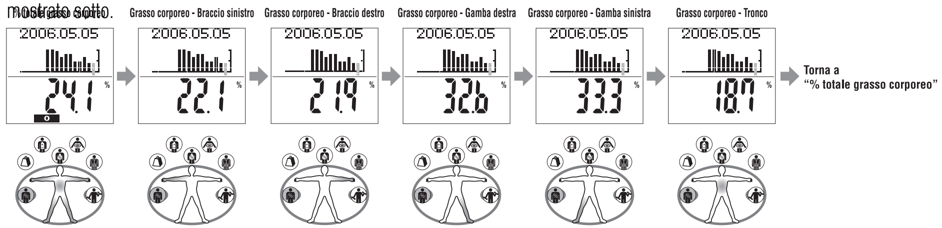
NB: Se l'età dell'utente è superiore o uguale a 100 anni, viene visualizzato soltanto il risultato relativo al peso. Se si premono tasti funzione diversi da quello relativo al peso, viene visualizzato "AGE ERROR" (Errore età).

NB: Per i bambini e i ragazzi (7 – 17 anni) verranno visualizzati solo il peso e la percentuale di grasso corporeo; non verrà visualizzato l'indicatore di range sano.

% di grasso corporeo:

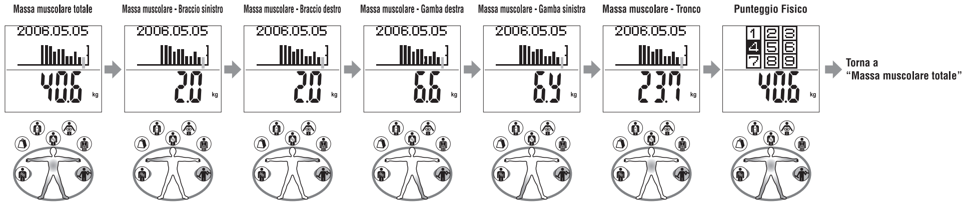
Età valida: 7-99.
Premere di continuo il tasto dell'ficona per visualizzare le informazioni nell'fordine.

mostrato sotto.



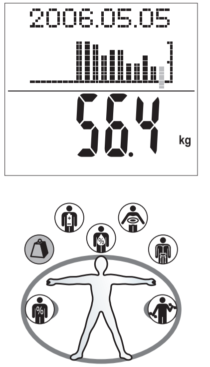
Massa muscolare:

Età valida: 18-99.
Premere di continuo il tasto dell'ficona per visualizzare le informazioni nell'fordine.



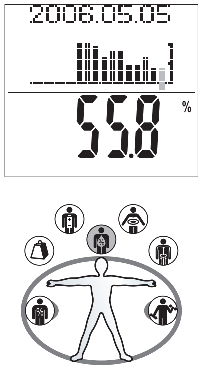
Peso

Età valida: 7 or over.



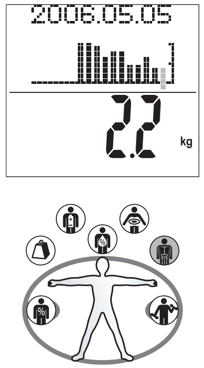
% dell'acqua corporea

Età valida: 18-99.



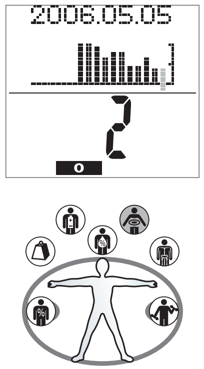
Massa ossea

Età valida: 18-99.



Grasso viscerale

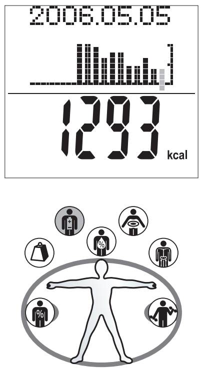
Età valida: 18-99.



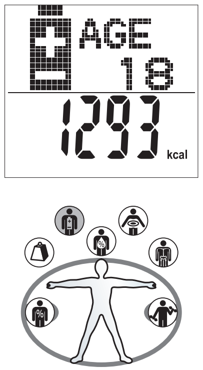
BMR & Età metabolica

Età valida: 18-99.
Se si preme questo tasto, il display visualizza i risultati nell'ordine sottostante per la prima volta. È possibile premere ancora lo stesso tasto per ottenere ciascuna lettura.

BMR



Età metabolica



3. Funzione grafico giornaliero, settimanale e mensile

•Quando è visualizzato il risultato corrente

Al completamento della misurazione vengono visualizzati il risultato corrente e il grafico giornaliero.

Se si preme il tasto "GRAPH" mentre è visualizzato il risultato corrente, il display passa al grafico Giornaliero ➡ Settimanale ➡ Mensile ➡. Utilizzare i tasti ▲ o ▼ per tornare ai risultati passati.

•Quando la bilancia peapersone è spenta

Se si preme il tasto del proprio numero personale e quindi il tasto "GRAPH" mentre la bilancia pesapersone è spenta, sul display viene visualizzato il grafico giornaliero con il risultato più recente.

Se si preme di nuovo il tasto "GRAPH", il display passa al grafico Giornaliero ➡ Settimanale ➡ Mensile e quindi torna al Grafico Giornaliero. Utilizzare i tasti ▲ o ▼ per tornare ai risultati passati.

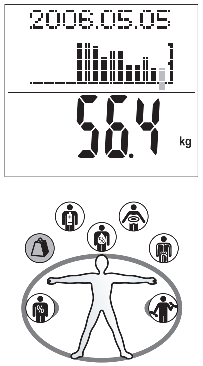


Grafico giornaliero

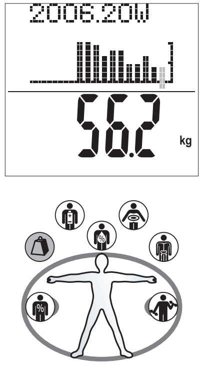


Grafico settimanale

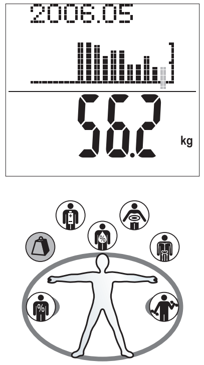
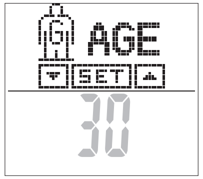


Grafico mensile

NB:

- Il grafico verrà visualizzato sulla data di calendario per il grafico giornaliero, su 52 settimane per quello settimanale e su 36 mesi per quello mensile.
- Se non esistono dati storici, il tasto GRAPH è disattivato.
- Se si desidera spegnere l'unità prima dello spegnimento automatico, premere il tasto OFF.
- Se nei dati personali vengono modificati il giorno di nasciata e il sesso, i dati storici vengono cancellati.

GASTSTAND PROGRAMMEREN

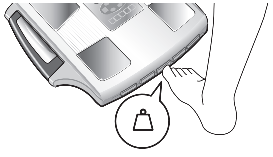


La modalità Ospite consente di effettuare una lettura per un nuovo utente senza perdere i dati personali memorizzati in una memoria personale. Premere il pulsante ▲ e seguire quindi la procedura standard per inserire i dati personali. Immettere: Età, Sesso e Altezza.

NB: Se si sale sulla piattaforma prima che “0.0” sia visualizzato nel display, viene visualizzato “Error” e non si ottiene una lettura.

NB: Età valida: 7-99.

MISURAZIONE DEL SOLO-PESO



Selezionare il tasto “solo peso”

Utilizzando l’alluce, premere il tasto “solo peso”. Dopo 2 o 3 secondi, sul display viene visualizzato “0.0” e viene emesso un segnale acustico. Quando sul display viene visualizzato “0.0”, salire sulla pedana. Viene visualizzato il valore relativo al peso corporeo. Se si rimane sulla pedana, il display lampeggia per circa 30 secondi, quindi l’unità si spegne automaticamente. Se si scende dalla pedana, il peso continua ad essere visualizzato per circa 30 secondi, quindi l’unità si spegne automaticamente.

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Se si verificano i seguenti problemi…

- **Viene visualizzato un formato di peso errato, seguito da kg, lb o st-lb.**

  Vedere "Commutazione della modalità di peso" a pag. 35.

- **Sul display appare “Lo”, oppure tutti i dati appaiono e scompaiono immediatamente.**

  La carica delle batterie è bassa. Quando appare il messaggio , accertarsi di sostituire immediatamente le batterie, perché le batterie scariche influiscono sulla precisione della misura ottenuta. Sostituire tutte le batterie contemporaneamente con nuove batterie AA. L’unità è dotata di batterie di prova e la loro durata può essere breve.

  NB: Le configurazioni non verranno cancellate dalla memoria quando si rimuovono le batterie.

- **Sul display viene visualizzato “NO RECORD”.**

  I dati personali dell’utente non sono stati programmati. Seguire le istruzioni sulla programmazione a pag. 36.

- **Durante la misurazione appare “Error”.**

  In piattaforma si prega di tenere la posizione eretta e mantenere i movimenti al minimo.
  Avvertendo un qualsiasi movimento l'apparecchiatura non sarà in grado di misurare con precisione il vostro peso.
  La percentuale del grasso di corpo è più di 75%, letture non può essere ottenuto dall'unità.

- **Non appare la misurazione della Percentuale di Grasso Corporeo o appare “-----” dopo che è stato misurato il peso.**

  Accertatevi di esservi tolti i calzini o le calze e che le piante dei piedi siano pulite e ben allineate con le guide poste sulla piattaforma di misurazione.

- **Sul display viene visualizzato “Loading…”.**

  I dati sono in corso di caricamento. Attendere un momento.

- **“OL” viene visualizzato durante la misurazione.**

  Il peso non viene visualizzato se supera la capacità massima della bilancia.

- **Sul display viene visualizzato “AGE ERROR”.**

  Se è stata programmata una data sbagliata e l’età diventa un valore negativo, quando si preme il tasto personale viene visualizzato “AGE ERROR”.
  Se l’età dell’utente è superiore o uguale a 100 anni, viene visualizzato soltanto il risultato relativo al peso.

INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir el monitor corporal Tanita Ironman.
Este monitor es uno de entre una amplia gama de productos domésticos para el cuidado de la salud producidos por Tanita.
El presente manual de instrucciones le guiará a través de los procedimientos de configuración inicial y le explicará las funciones de las teclas.
Consérvelo a mano para consultas futuras. En nuestro sitio web www.tanita.com podrá encontrar información adicional sobre cómo llevar una vida sana.
Los productos Tanita incorporan los resultados de las últimas investigaciones clínicas e innovaciones tecnológicas.
Toda la información es controlada por el Consejo médico consultivo de Tanita para garantizar su precisión.
Las mediciones reales del BC-558 incluyen el peso y la impedancia. Basándose en estos valores medidos, se calculan: el porcentaje de grasa corporal total y segmental, el agua corporal, la masa muscular total y segmental, la complexión física, la masa ósea, el nivel de grasa visceral con margen saludable, el índice del metabolismo basal (BMR) y la edad metabólica.

Nota: Lea detenidamente este manual de instrucciones y téngalo a mano para futura referencia.

⚠ Precauciones de seguridad

Debe tenerse en cuenta que las personas que tengan un dispositivo médico electrónico implantado, como por ejemplo un marcapasos, no deben utilizar el monitor de composición corporal, ya que éste hace circular una señal eléctrica de baja intensidad a través del cuerpo que podría interferir con el funcionamiento de dicho dispositivo.
Las mujeres embarazadas solamente deberán utilizar la función de peso. Ninguna de las demás funciones está pensada para mujeres embarazadas.
No coloque este monitor sobre superficies resbaladizas, como por ejemplo un suelo mojado.
Si el monitor es utilizado de manera incorrecta o expuesto a subidas de tensión eléctrica podrían perderse los datos almacenados en las memorias del mismo.
Tanita no acepta ninguna responsabilidad por ningún tipo de pérdida causada por la pérdida de los datos almacenados.
Tanita no acepta ninguna responsabilidad por ningún tipo de daño material o pérdida causados por este monitor, ni por ningún tipo de reclamación presentada por terceros.

Notas importantes para los usuarios

Este analizador de grasa corporal está diseñado para el uso por parte de adultos y niños (7–17 años de edad) con un estilo de vida de inactivo a moderadamente activo y adultos con cuerpos atléticos.

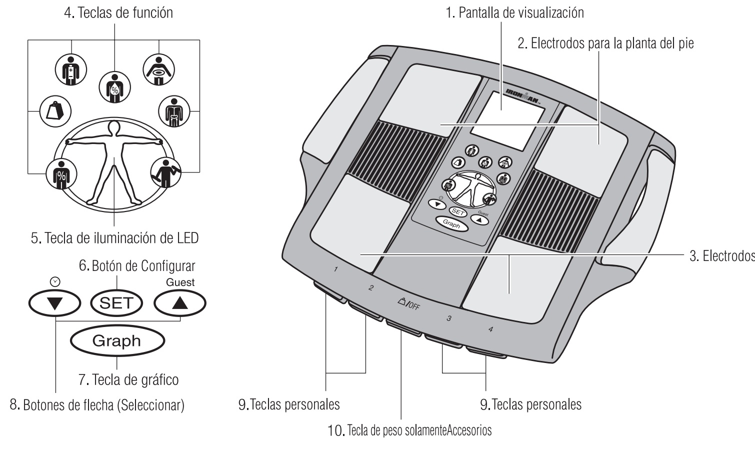
Tanita define “atleta” como una persona que realiza una actividad física intensa aproximadamente 10 horas a la semana y que tiene un ritmo cardiaco en reposo de aproximadamente 60 pulsaciones por minuto o menos. La definición de Tanita de un atleta incluye individuos “en forma de por vida”, que se han mantenido en forma durante años pero que actualmente hacen ejercicio menos de 10 horas a la semana.La función de monitor de grasa corporal no está diseñada para embarazadas, atletas profesionales o culturistas.

Se pueden perder los datos almacenados si la unidad se utiliza incorrectamente o se expone a sobretensiones de energía eléctrica. Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de pérdida debido a la pérdida de los datos almacenados.Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de daño o pérdida ocasionados por estas unidades, o de ningún tipo de reclamación efectuada por terceras personas.

Nota: Los cálculos del porcentaje de grasa corporal variarán según la cantidad de agua en el cuerpo, y pueden ser afectados por la deshidrataciónо la hiperhidratación, causadas por factores como el consumo de alcohol, la menstruación, una enfermedad, el ejercicio intenso, etc.

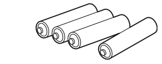
PRESTACIONES Y FUNCIONES

Báscula

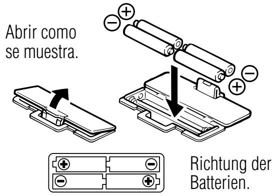


Accessori

11. Pilas tamaño AA (4)



PREPARACIONES ANTES DEL USO



⚠ Instalación de las pilas

Abrir la tapa de las pilas situada en la parte posterior de la báscula. Insertar como se indica las baterías AA suministradas.

Nota: Asegúrese de situar correctamente la polaridad de las pilas. Si coloca las pilas de manera incorrecta, el líquido puede derramarse y dañar el suelo. Si no tiene intención de utilizar esta unidad durante un período de tiempo prolongado, se recomienda sacar las pilas antes de guardarla.

Tenga en cuenta que es posible que las pilas suministradas de fábrica se hayan gastado con el paso del tiempo.



⚠ Colocación del monitor

Coloque la báscula en una superficie dura y lisa con una vibración mínima para asegurar una medición segura y precisa.

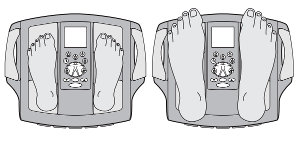
Nota: Para evitar posibles lesiones, no pise el borde de la plataforma.

Recomendaciones de manejo

Este monitor es un instrumento de precisión que utiliza tecnología de vanguardia. Para mantener la unidad en condición óptima, siga estas instrucciones cuidadosamente:

- No intente desmontar la báscula.
- Guarde el aparato horizontalmente y colóquelo de manera que las teclas no resulten presionadas accidentalmente.
- Evite que la unidad reciba golpes o vibraciones excesivas.
- Sitúe la unidad fuera del alcance de la luz directa del sol, calefacciones y radiadores, humedad elevada o cambios extremos de temperatura.
- No lo sumerja nunca en agua. Utilice alcohol para limpiar los electrodos y limpiacristales (aplicado mediante un trapo) para mantenerlos brillantes; evite utilizar jabones.
- Evite la humedad al subirse a la plataforma.
- Evite que caiga cualquier objeto sobre el aparato.
- No transporte la unidad agarrándola por los electrodos de mano.
- No suelte los electrodos de mano hasta que el cable se haya recogido completamente dentro de la unidad.
- No extraiga el cable más allá de la marca roja.

CÓMO OBTENER LECTURAS EXACTAS



Talones centrados en los electrodos   Talones centrados en los electrodos

Nota: No será posible realizar una lectura precisa si las plantas de los pies no están limpias, si dobla las rodillas o si está sentado.

Para asegurar la precisión, las lecturas se deberían tomar desnudo y bajo condiciones constantes de hidratación. Si no se desviste, quítese siempre los calcetines o medias y asegúrese que los pies estén limpios antes de subirse a la báscula.
Asegúrese de alinear los talones correctamente con los electrodos en la báscula.
No se preocupe si sus pies son demasiado grandes para la báscula: se pueden conseguir lecturas exactas incluso si sus dedos sobresalen de la báscula.
Es mejor tomar las lecturas a la misma hora del día. Intente esperar unas tres horas después de levantarse, de comer o de hacer ejercicio antes de tomar las medidas.
Aunque las lecturas realizadas bajo otras circunstancias pueden no tener los mismos valores absolutos, tienen la precisión necesaria para determinar el porcentaje de cambio, siempre que las lecturas se tomen de manera consistente. Para controlar el progreso, compare el peso y porcentaje de grasa corporal tomado en las mismas condiciones durante un período de tiempo.

FUNCIÓN DE APAGADO AUTOMÁTICO

La función de apagado automático corta la energía automáticamente en los siguientes casos:

- Si se interrumpe el proceso de medición. Se corta la energía automáticamente después de 10 a 20 segundos, según el tipo de operación.
- Si se aplica un peso excesivo a la plataforma.
- Si no toca ninguna de las teclas o ninguno de los botones en 60 segundos durante la programación.*
- Después de haber completado el proceso de medición.

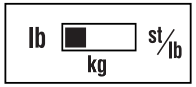
***Nota:** Si la corriente se cortara automáticamente, repítanse los pasos dados desde "Introducción y alamacenamiento de datos personales en la memoria" (pág. 44)

CAMBIANDO EL MODO DEL PESO

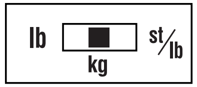
Nota: Para uso solamente con modelos conteniendo el botón cambiando el modo de medida.

Puedes cambiar el indicador de unidades usando el botón contenido sobre el dorso de la balanza como esta mostrado en la figura.
Si el modo de peso esta programado en libras o apedrea-libra, la programación de altura automáticamente se establecerá en libras y pulgadas. Igualmente, si se selecciona en kilogramos, la altura automáticamente se establecerá en centímetro.

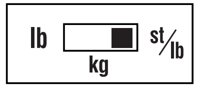
lb (Pfund)



kg (Kilogramm)



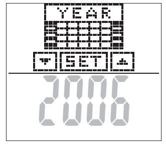
st-lb (Stein-Pfund)



AJUSTE (REAJUSTE) DE LA FECHA Y LA HORA

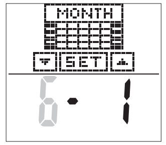
1. Ajuste la hora

Mantenga pulsado el botón ⏲/Abajo durante 3 segundos para encender la unidad.
Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar el año y después pulse el botón SET.
La unidad emitirá un pitido para confirmar.
(Año aplicable: 2006 a 2050)



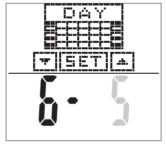
2. Ajuste el mes

Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar el mes después pulse el botón SET.
La unidad emitirá un pitido para confirmar.



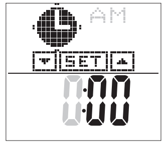
3. Ajuste el día

Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar el día y después pulse el botón SET.
La unidad emitirá un pitido para confirmar.



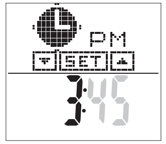
4. Ajuste la hora

Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar la hora y después pulse el botón SET.
La unidad emitirá un pitido para confirmar.



5. Ajuste los minutos

Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar los minutos y después pulse el botón SET.
La unidad emitirá dos pitidos para confirmar la programación.
Después la unidad se apagará automáticamente.

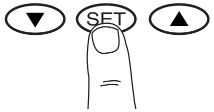


Nota:

- **Si cambia la fecha a una fecha anterior a la actual, se perderán todos los datos de seguimiento de todos los usuarios.**
- Después de reemplazar las pilas, repita los pasos 1 al 5 de “AJUSTE (REAJUSTE) DE LA FECHA Y LA HORA”.
  Con el reemplazo de las pilas se perderán los ajustes de la fecha y la hora.
- Una inactividad de 60 segundos o más durante este procedimiento ocasionará el apagado automático.
  Cuando ocurra esto los datos no se guardarán.
- Si se equivoca o desea apagar la unidad antes de completar la programación, pulse el botón OFF para apagar la unidad. Cuando ocurra esto los datos no se guardarán.
- i pulsa (sin mantener pulsado) el botón ⏲/Abajo, podrá ver la fecha y la hora actuales en la pantalla.

INTRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE DATOS PERSONALES EN LA MEMORIA

Podrá realizar mediciones sólo si ha introducido sus datos en una de las memorias de datos personales o en el "modo de invitado". El monitor puede almacenar los datos personales de hasta 4 personas.

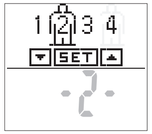


1. Encendido de la unidad

Pulsar el botón de Configurar para encender la unidad (una vez que se ha programado, la unidad se enciende al pulsar una de las Teclas personales). El aparato emitirá un pitido para confirmar la puesta en marcha, se mostrarán los números de las Teclas Personales (1,2,3,4) y la pantalla destellará.

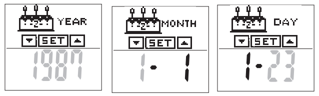
Nota: Si no opera la unidad durante sesenta segundos después de encenderla, ésta se apagará automáticamente.

Nota: Si comete un error o quiere apagar la unidad antes de haber terminado la programación, Pulse la tecla "Solamente Peso" para obligar (△) a la máquina a apagarse..



2. Selección de un número de Tecla personal

Pulse los botones de Arriba/Abajo para seleccionar una Tecla personal. Una vez que se visualice el número de Tecla personal que desea utilizar, pulse el botón de Configurar. La unidad emitirá un pitido de confirmación.

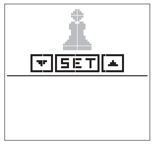


3. Ajuste su cumpleaños

Ajuste la fecha de su cumpleaños (año / mes /día) utilizando los botones ▲ o ▼. Pulse el botón SET para confirmar en cada programación.

La unidad emitirá un pitido para completar la programación.

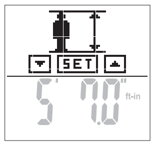
Nota: El rango de edad es de 7 a 99 años de edad.



4. Selección mujer u hombre

Utilice los botones Arriba/Abajo para desplazarse por los ajustes de mujer ( ) u hombre ( ), mujer/atleta (/) y hombre/atleta (/), después pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido para confirmar.

Modo atleta : Consulte la explicación de su utilización en la página 41.



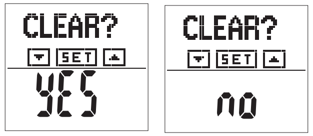
5. Especifique la estatura

La pantalla muestra por omisión 5' 7,0" (170 cm) (el rango de usuario es de 3'40" a 7' 3,0" ó 100cm a 220 cm).

Utilice los botones Arriba/Abajo para especificar la estatura y después pulse el botón SET.

La unidad emitirá dos pitidos y aparecerán los datos que ha programado para confirmar.

Después la corriente eléctrica se cortará automáticamente.

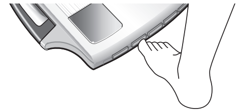


Nota: Cuando cambie el cumpleaños y/o el género, la unidad mostrará "CLEAR". Si selecciona "YES" utilizando los botones Arriba/Abajo, los datos personales y de seguimiento existentes se borrarán.
Si selecciona "NO" utilizando los botones Arriba/Abajo, no se guardarán los datos nuevos (los datos existentes no cambiarán) y la unidad se apagará.

CÓMO REALIZAR LAS MEDICIONES DE COMPOSICIÓN CORPORAL

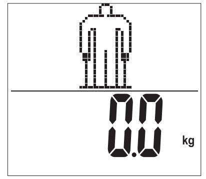
1. Seleccione la tecla personal y súbase

Utilizando la punta del pie, apriete su tecla personal preprogramada.



La unidad emitirá un pitido y la pantalla mostrará los datos programados.

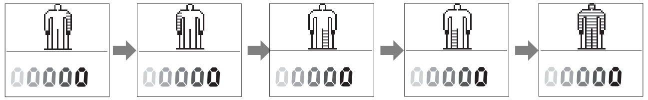
La unidad emitirá otro pitido y la pantalla mostrará "0.0". Ahora apriete los electrodos de mano, agárrelos con los brazos rectos hacia abajo y súbase a la plataforma.

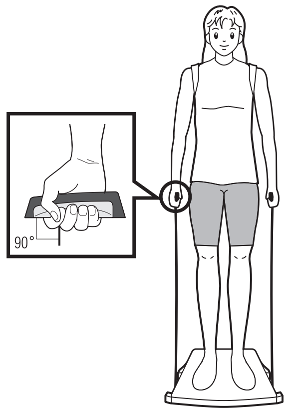


Nota: Recuerde, sin calzado ni calcetines.

La pantalla mostrará los datos en el orden mostrado abajo durante la medición (%) de la grasa corporal.

La unidad emitirá dos pitidos para completar la medición.





Nota:

- **Por favor tome las manijas del electrodo como se muestra, presionando firme pero suavemente.**
- Ponga las manos en sus costados, y no se mueva hasta que se haya completado la medición.
- Si se sube a la plataforma antes de que aparezca "0.0", la pantalla mostrará "Error" y no obtendrá lectura.
  Además, si no se sube a la plataforma antes de transcurrir 60 segundos después de que aparezca "0.0", la corriente eléctrica se cortará automáticamente.
- Mantenga los brazos rectos y con las manos hacia abajo; tenga cuidado de no tocar las piernas o cualquier otra parte del cuerpo con los brazos o con las manos.

2. Obtenga sus lecturas: Procedimiento de visualización automática

Después de haber tomado la medición, la pantalla mostrará automáticamente el resultado actual con la fecha y la guía de icono LED en el orden de Peso ➡ Grasa corporal (%) (Brazo izquierdo) ➡ Grasa corporal (%) (Brazo derecho) ➡ Grasa corporal (%) (Pierna derecha) ➡ Grasa corporal (%) (Pierna izquierda) ➡ Grasa corporal (%) (Parte del torso) ➡ Peso.

(Consulte la "Función de gráfico diario, semanal, y mensual" sobre el gráfico.)

Bájese de la báscula.

Nota: La unidad se apagará automáticamente después de 30 segundos de inactividad habiendo mostrado el resultado. Si pulsa el botón/botones mientras esté mostrándose el resultado actual, aparecerá la siguiente información.

Nota: Si no hay diferencia significativa entre los resultados actuales y anteriores, aparecerá "SAVE?". Puede seleccionar "YES" o "NO" utilizando los botones de flecha.

YES: Se guardará el resultado actual.

NO: No se guardará el resultado actual.

Nota: Si su edad alcanza o pasa de 100, solamente aparecerá el resultado del peso. Y aparecerá "AGE ERROR" en la pantalla cuando pulse los botones de función excepto el botón de peso.

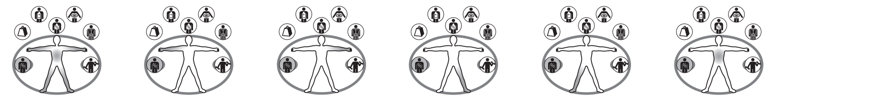
Nota: Para los niños (entre 7 y 17 años), la unidad sólo mostrará el Peso y el Porcentaje de grasa corporal (no mostrará el Indicador de margen saludable).

% de grasa corporal:

Edad aplicable: 7-99.

Pulse el botón de icono continuamente para visualizar las lecturas en el orden listado abajo.

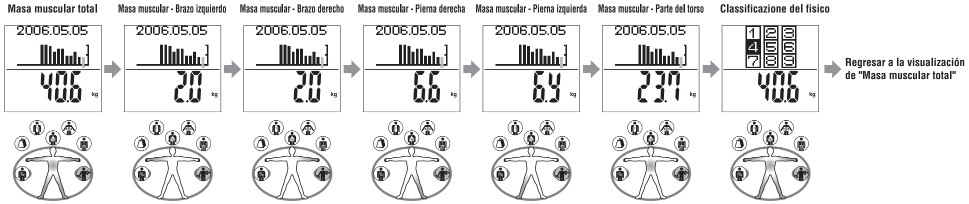




Masa muscular:

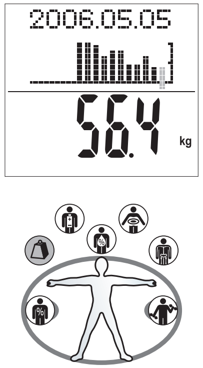
Edad aplicable: 18-99.

Pulse el botón de icono continuamente para visualizar las lecturas en el orden listado abajo



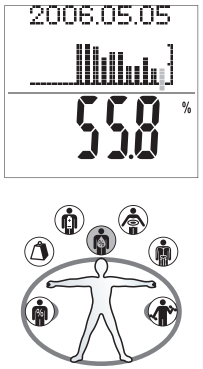
Peso

Edad aplicable: 7 or over.



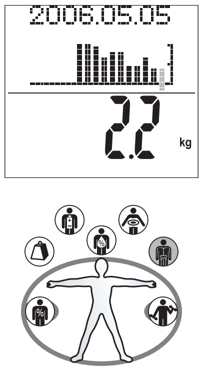
% de aqua corporal

Edad aplicable: 18-99.



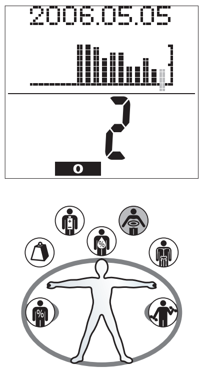
Mesa ósea

Edad aplicable: 18-99.



Grasa visceral

Edad aplicable: 18-99.

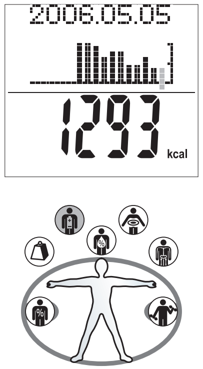


BMR & Edad metabólica

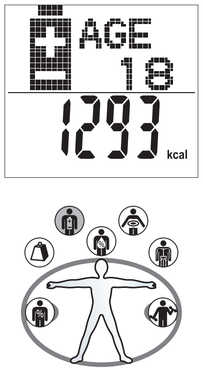
Edad aplicable: 18-99.

Cuando pulse este botón por primera vez, los resultados aparecerán automáticamente en el orden mostrado abajo. Puede pulsar el mismo botón otra vez para obtener cada resultado.

BMR



Edad metabólica



3. Función de gráfico diario, semanal, y mensual

•Mientras esté mostrándose el resultado actual…

Después de completarse la medición, aparecerán el resultado actual y el gráfico diario.

Si pulsa el botón “GRAPH” mientras está visualizado el resultado actual, la visualización cambiará al gráfico Diario ➡ Semanal ➡ Mensual ➡. Utilice el botón ▲ o ▼ para volver al resultado anterior.

•Mientras la báscula está apagada…

Si pulsa el botón de su número personal y después el botón "GRAPH" mientras la báscula está apagada, la pantalla mostrará el gráfico diario con el resultado más reciente.

Si pulsa el botón “GRAPH” otra vez, la pantalla cambiará a gráfico Diario ➡ Semanal ➡ Mensual y de nuevo al gráfico Diario. Utilice el botón ▲ o ▼ para volver al resultado anterior.

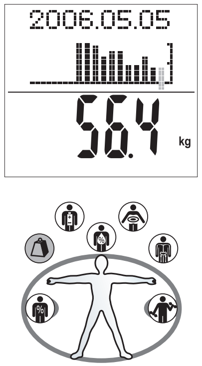


Gráfico diario

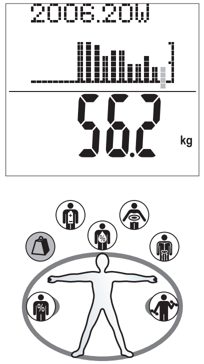


Gráfico semanal

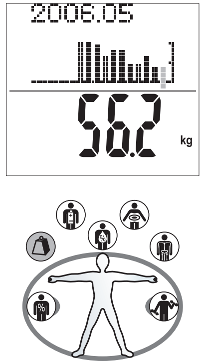


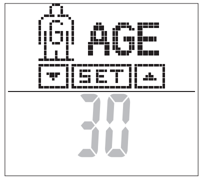
Gráfico mensual

Nota:

- El gráfico mostrará la fecha del calendario para el gráfico Diario, 52 semanas para el gráfico Semanal, y 36 meses para el gráfico Mensual.
- Si no hay datos de seguimiento, el botón GRAPH no estará disponible.
- Si desea apagar la unidad antes de que se apague automáticamente, pulse el botón OFF.
- Si cambia los datos de su cumpleaños y el género en los datos personales, los datos de su seguimiento se borrarán.

E

PROGRAMACIÓN DEL MODO DE INVITADO



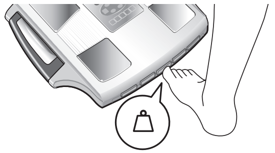
El modo de invitado le permite hacer la medición de un nuevo usuario sin perder los datos almacenados en una memoria personal.

Pulse el botón ▲ y, a continuación, siga el procedimiento estándar para programar los datos personales. Introduzca: edad, sexo y talla.

Nota: Si se sube a la plataforma antes de que aparezca “0.0”, la pantalla mostrará “Error” y no podrá obtener una lectura.

Nota: Edad aplicable: 7-99.

CÓMO OBTENER LECTURAS DE PESO SOLAMENTE



Selección de la tecla de peso solamente

Utilizando la punta del pie, apriete la tecla de peso solamente. Después de 2 ó 3 segundos, aparecerá “0.0” en la pantalla y la unidad emitirá un pitido. Cuando aparezca “0.0” en la pantalla, súbase a la plataforma. Aparecerá el valor del peso corporal. Si continúa en la plataforma, la visualización parpadeará durante unos 30 segundos, y después la corriente eléctrica se cortará automáticamente. Si se baja de la plataforma, el peso seguirá mostrándose durante unos 30 segundos y después la unidad se apagará automáticamente.

RESOLUCIÓN DE FALLOS

Si ocurre el siguiente problema… entonces…

- **Aparece un formato de peso erróneo seguido de kg, lb o st-lb.**
  Consulte " Cambiando el modo del peso" en la pág. 43.

- **Aparece “Lo” en la pantalla o aparecen todos los datos e inmediatamente desaparecen.**
  Las pilas tienen poca carga. Cuando esto ocurra, asegúrese de cambiar las pilas inmediatamente, ya que las pilas con poca carga afectarán la precisión de sus medidas. Reemplace todas las pilas al mismo tiempo con pilas nuevas tamaño AA. La unidad trae pilas de prueba: pueden tener poca duración.
  Nota: No se borrarán sus configuraciones de la memoria al quitar las pilas.

- **Aparece “NO RECORD” en la pantalla.**
  Sus datos personales no han sido programados. Siga las instrucciones de programación de la página.44.

- **“Error” aparece durante la medición.**
  Por favor, sitúese sobre la plataforma moviéndose lo menos posible.
  La unidad no puede medir su peso precisamente si detecta movimiento.
  El Porcentaje de Grasa de Cuerpo es más del 75 %, las lecturas no pueden ser obtenidas de la unidad.

- **La medición de Body Fat Percentage no aparece o “-----” aparece después de la medición del peso.**
  Asegúrese de quitarse los calcetines o las medias, y que las plantas de sus pies están limpias y adecuadamente alineadas con las guías de la plataforma de medición.

- **Aparece ”Loading…” en la pantalla.**
  Se están cargando los datos. Espere un momento.

- **Aparece “OL” durante la medición.**
  La lectura del peso no puede obtenerse si se excede del peso máximo de la báscula.

- **Aparece ”AGE ERROR” en la pantalla.**
  Si programa una fecha incorrecta y su edad pasa a años de edad negativos, aparecerá “AGE ERROR” en la pantalla después de que pulse la tecla personal.
  Si su edad alcanza o pasa de 100, solamente aparecerá el resultado del peso.

P

INTRODUÇÃO

Obrigado por ter seleccionado um Monitor de Composição Corporal Tanita Ironman.
Este monitor faz parte de uma vasta gama de produtos de saúde domésticos fabricados pela Tanita.
O presente Manual de Instruções conduzi-lo-á ao longo dos procedimentos de instalação e descreve as principais características.
Mantenha o manual disponível para futura consulta. Para mais informações sobre modos de vida saudável, consulte o nosso website em www.tanita.com.
Os produtos Tanita integram os resultados da mais recente investigação clínica e inovações tecnológicas.
Todos os dados são controlados pelo nosso Comité Consultivo Clínico para garantia de precisão.
O peso e a impedância também são incluídos nas medições feitas pelo BC-558. Com base nesses valores de medição, são então calculados os valores para: percentagem de gordura corporal segmentar e total, água do organismo, massa muscular segmentar e total, escala da constituição física, massa óssea, nível de gordura visceral com o nível saudável, índice metabólico basal (BMR) e idade metabólica.
Nota: Leia cuidadosamente este manual e guarde-o para futura referência.

⚠ Precauções de segurança

Os indivíduos com implantes electrónicos, designadamente "pacemakers", não devem usar um Monitor de Composição Corporal, visto este transmitir um sinal eléctrico de nível reduzido através do organismo que poderá interferir com o respectivo funcionamento.
As grávidas só devem utilizar a função de peso. As restantes funções não se destinam a grávidas.
Não coloque o monitor em superfícies escorregadias, tais como pisos molhados.
A utilização incorrecta do monitor ou a sua exposição a oscilações de corrente eléctrica pode resultar na perda dos dados registados.
A Tanita não assume responsabilidades por quaisquer tipos de perdas resultantes da falha dos dados registados.
A Tanita não assume qualquer responsabilidade por todos os tipos de danos ou perdas provocadas por este monitor, nem atende nenhum tipo de reclamação efectuada por terceiros.

Notas importantes para usuários

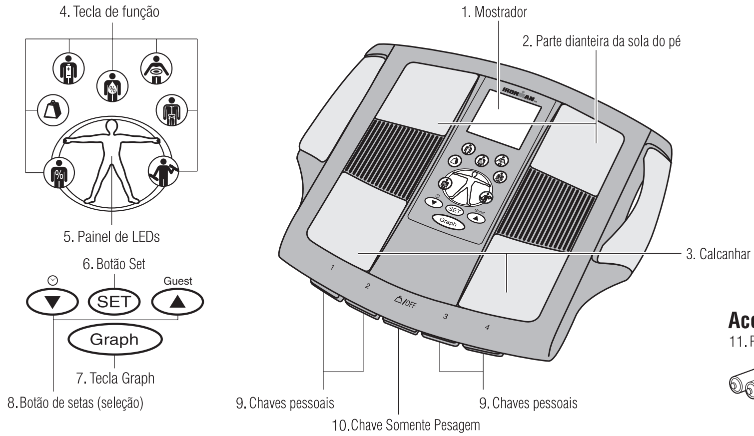
Este Monitor de Gordura do Organismo é destinado para uso de adultos e crianças (idade entre 7 e 17 anos) com estilo de vida inativo ou moderadamente ativo, e também para adultos com corpo atlético.
A Tanita define “atleta” como uma pessoa envolvida em atividade física intensa de aproximadamente 10 horas por semana e que apresente a freqüência cardíaca de 60 batimentos por minuto ou menos. A definição de atleta da Tanita inclui aqueles que praticaram a “atividade física ao longo da vida” mas que atualmente exercita menos de 10 horas por semana.
A função de monitor da gordura do organismo não é destinado para grávidas, atletas profissionais ou halterofilistas.

Os dados armazenados poderão se perder se o aparelho for utilizado incorretamente ou exposto ao surto de energia elétrica. A Tanita não se responsabilizará pelo prejuízo causado pela perda dos dados armazenados.

A Tanita não se responsabilizará por nenhum tipo de danos ou prejuízos causado por este aparelho ou por nenhum tipo de reclamação feita por terceiros.
Nota: a estimativa de porcentagem de gordura do organismo pode variar de acordo com o volume da água no organismo, e pode ser afetado por desidratação ou sobre-hidratação aos fatores como consumo de álcool, menstruação, doença, exercício intenso, etc.

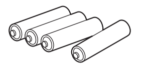
CARACTERÍSTICAS E FUNÇÕES

Plataforma de medição

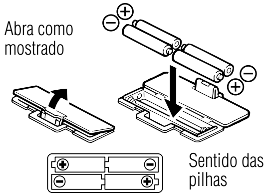


Acessórios

11. Pilhas tamanho pequeno (4)

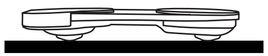


PREPARATIVOS ANTES DO USO



⚠ Colocando as pilhas

Abra a tampa do compartimento de pilhas atrás da plataforma de medição.
Coloque as pilhas pequenas fornecidas conforme indicado.
Nota: certifique-se de que o sentido das pilhas está correto. Se as pilhas forem posicionadas incorretamente, o fluido pode vazar e danificar o assoalho. Se você não pretende utilizar este aparelho por um período longo, é recomendável retirar as pilhas antes de guardá-lo.
Note que as pilhas eléctricas de fábrica podem ter perdido energia ao longo do tempo.



⚠ Posicionando o monitor

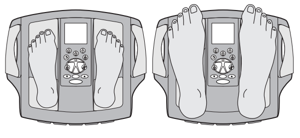
Coloque a plataforma de medição numa superfície dura e plana que tenha mínima vibração para assegurar a medição segura e precisa.
Nota: para evitar um possível ferimento, evite pisar na borda da plataforma.

Dicas de manuseio

Este monitor é um instrumento de precisão que utiliza a tecnologia state-of-art.
Para manter este aparelho numa melhor condição, siga cuidadosamente as instruções a seguir:

- Não tente desmontar a plataforma de medição.
- Guarde o aparelho na horizontal e coloque-o de forma que os botões não sejam pressionadas acidentalmente.
- Evite o impacto ou vibração excessiva ao aparelho.
- Guarde o aparelho num local livre de radiação solar direta, equipamento de calefação, umidade elevada ou alteração excessiva de temperatura.
- Nunca mergulhe o aparelho na água. Use o álcool para limpar os eletrodos e o limpador de vidros para mantê-lo lustrado. Evite o uso de sabão.
- Não pise na plataforma quando estiver molhada.
- Não deixe cair nada sobre a plataforma.
- Não transporte a unidade pelos eléctrodos de mão.
- Não solte os eléctrodos de mão até que o cabo esteja totalmente recolhido dentro da unidade.
- Não puxe o cabo para além da marca vermelha.

OBTENDO LEITURA PRECISA



Calcanhares centrados nos eletrodos.

Os dedos dos pés podem ultrapassar a plataforma de medição.

Anmerkung: Bei schmutzigen Füßen, gebeugten Knien oder einer sitzenden Position kann kein genauer Messwert erzielt werden

Para assegurar a precisão, a leitura deve ser feita sem roupa e com condições consistentes de hidratação. Mesmo que você não tire as roupas, sempre tire as meias antes de subir na plataforma de medição. Certifique-se de que seus calcanhares estão corretamente alinhados com os eletrodos da plataforma de medição. Não se preocupe mesmo que seus pés pareçam grande demais para o aparelho, pois a medição precisa pode ser obtido mesmo que os dedos dos seus pés ultrapassem a plataforma de medição. É melhor realizar a medição sempre no mesmo horário do dia. Espere em torno de três horas depois de levantar, comer ou praticar exercícios intensos antes de realizar a medição. Mesmo que a leitura esteja sendo feita enquanto as outras condições não possuam mesmos valores absolutos, ela é precisa para determinar a porcentagem de alteração desde que a leitura seja feita de forma consistente. Para monitorar o progresso, compare os resultados com pesos e porcentagens da gordura do organismo anteriormente obtidos por um período de tempo.

FUNÇÀO DESLIGAMENTO AUTOMÀTICO

A função desligamento automático desliga automaticamente a energia em seguintes casos:

- Se você interromper o processo de medição. A energia é desligada entre 10 a 20 segundos, dependendo do tipo de operação.
- Se for aplicado um peso extremamente elevado na plataforma.
- Se você não tocar em nenhuma chave ou botão dentro de 60 segundos durante a programação.*
- Após você encerrar o processo de medição.

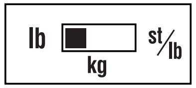
***Nota:** se a energia for desligada automaticamente, repita os passos a partir de “Programar e armazenar dados pessoais na memória” (p. 52).

ALTERANDO A UNIDADE DE MEDIDA DO PESO

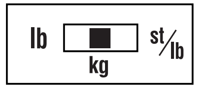
Nota: Uso exclusivo em modelos que possuem esta chave comutadora na parte inferior.

Você poderá alterar a medida de peso usando a chave comutadora, como demonstra a figura abaixo.
Nota: Ao selecionar o modo de peso libras ou stone-pounds
(Unidade de Peso Britânica, equivalente a 6,348kg ou 14 lb), a programação de altura será automaticamente adaptada para pés e polegadas. Da mesma forma, ao selecionar o modo de peso Quilogramas , a altura será automaticamente adaptada para centímetros.

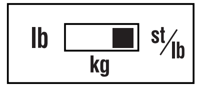
lb (Pfund)



kg (Kilogramm)

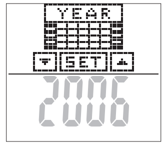


st-lb (Stein-Pfund)



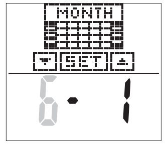
PROGRAMAÇÃO (REPROGRAMAÇÃO) DA DATA E HORA

1. Programação do ano



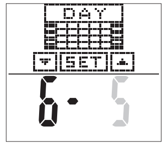
Prima e mantenha o botão ⏲/seta para baixo premido durante 3 segundos para ligar a unidade.
Prima os botões ▲ ou ▼ para programar o ano e depois prima o botão SET (programar).
A unidade irá emitir um sinal sonoro para confirmar.
(Ano aplicável: 2006-2050)

2. Programação do mês



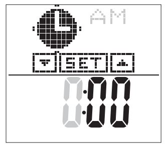
Prima os botões ▲ ou ▼ para programar o mês e depois prima o botão SET.
A unidade irá emitir um sinal sonoro para confirmar.

3. Programação do dia



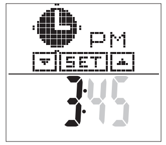
Prima os botões ▲ ou ▼ para programar o dia e depois prima o botão SET.
A unidade irá emitir um sinal sonoro para confirmar.

4. Programação da hora



Prima os botões ▲ ou ▼ para programar a hora e depois prima o botão SET.
A unidade irá emitir um sinal sonoro para confirmar.

5. Programação dos minutos



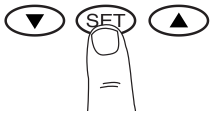
Prima os botões ▲ ou ▼ para programar os minutos e depois prima o botão SET.
A unidade irá emitir dois sinais sonoros para confirmar a programação.
A unidade irá então desligar-se automaticamente.

Nota:

- **Se alterar a data para qualquer data anterior à actual, perderá todos os dados de pesquisa de todos os utilizadores.**
- Depois de substituir as pilhas, repita os passos 1 a 5 da secção "PROGRAMAÇÃO (REPROGRAMAÇÃO) DA DATA E HORA."
  A substituição das pilhas fará com que perca as definições de data e hora.
- 60 segundos ou mais de inactividade irá resultar numa desactivação automática durante este processo. Como resultado, não serão guardados quaisquer dados.
- Se se enganar ou pretender desligar a unidade antes de concluir a programação, prima o botão OFF (desligar) para desligar a unidade. Como resultado, não serão guardados quaisquer dados.
- Se premir (não premir e manter premido) o botão ⏲/seta para baixo, pode visualizar a data e hora actuais no visor.

PROGRAMAR E ARMAZENAR DADOS PESSOAIS NA MEMÓRIA

Só serão fornecidas leituras caso haja dados programados numa das memórias de dados pessoais ou no modo “Guest” (Convidado). O aparelho pode armazenar detalhes pessoais até 4 indivíduos.

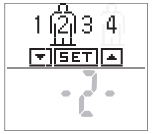


1.Ligue o aparelho

Pressione o botão Set para ligar o aparelho (uma pez programado, um leve toque nas chaves pessoais liga o aparelho). O aparelho emitirá um beep para confirmar a ativação, os números das chaves pessoais (1,2,3,4) serão mostrados e o mostrador ficará iluminado.

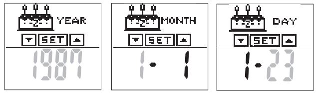
Nota: se você não operar o aparelho dentro de 60 segundos após ligar, o aparelho desligar-se-á automaticamente.

Nota: Se você cometer algum erro ou deseja desligá-lo antes de concluir a programação, pressione a chave Somente Pesagem para ( ) forçar o encerramento...



2. Selecione um número de chave pessoal

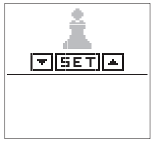
Pressione os botões de seta para cima ou para baixo para selecionar a chave pessoal. Ao atingir o número da chave pessoal que você deseja usar, pressione o botão Set. O aparelho emitirá um beep para confirmar.



3. Programação da sua data de nascimento

Programe a data do seu nascimento (ano/mês/dia) utilizando os botões ▲ ou ▼. Prima o botão SET (programar) para confirmar cada valor programado.
A unidade irá emitir um sinal sonoro para indicar a conclusão da programação.

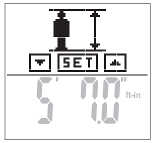
Nota: as idades que pode programar vão de 7 a 99.



4. Selecção do sexo feminino ou masculino

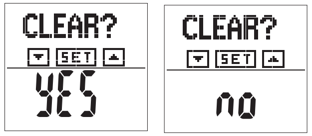
Utilize os botões com seta para cima/baixo para percorrer as programações para sexo feminino ( ) ou sexo masculino ( ), atleta do sexo feminino (/) e atleta do sexo masculino (/) e depois prima o botão SET. A unidade irá emitir um sinal sonoro para confirmar.

Modo de atleta: consulte as explicações de utilização na pág. 49.



5. Indicação da altura

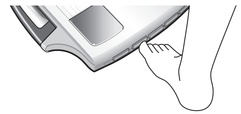
O visor apresenta um valor predefinido de 5’ 7,0” (170 cm) (as alturas podem variar entre 3’40” a 7’ 3,0” ou 100 cm a 220 cm).
Utilize os botões com seta para cima/baixo para indicar a altura e prima o botão Set.
A unidade irá emitir dois sinais sonoros e os dados programados serão visualizados para que os confirme.
A unidade irá então desligar-se automaticamente.



Nota: quando altera a data de nascimento e/ou o sexo, a unidade apresenta a mensagem "CLEAR" (eliminar). Se seleccionar "YES" (sim) com os botões com seta para cima/baixo, os dados pessoais anteriormente memorizados e os dados de pesquisa serão apagados.
Se seleccionar "NO" (não) com os botões com a seta para cima/baixo, não serão guardados quaisquer dados novos (os dados anteriormente memorizados permanecerão inalterados) e a unidade desligar-se-á.

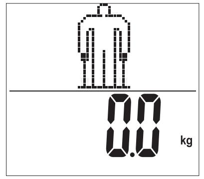
EFECTUAR LEITURAS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL

1. Selecção da tecla pessoal e colocação em cima da balança

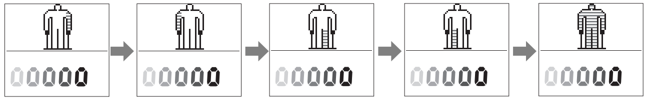


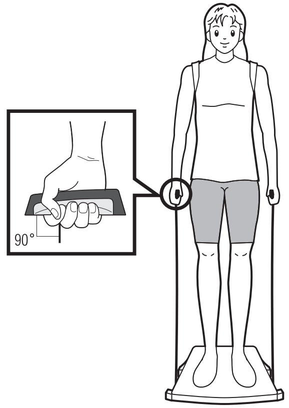
Com o dedo do pé, toque na tecla pessoal pré-programada.

A unidade irá emitir um sinal sonoro e o visor irá apresentar os dados programados.
A unidade irá emitir um outro sinal sonoro e o visor irá apresentar "0.0". Agora puxe os eléctrodos de mão, segure-os com os braços esticados para baixo e suba para o prato da balança.



Nota: não se esqueça de retirar os sapatos e as meias.
Durante a medição da % de gordura corporal, o visor apresentará as indicações pela ordem apresentada abaixo.
A unidade irá emitir dois sinais sonoros para concluir a medição.





Nota:
- **Por favor, segure a alça-eletrodo conforme mostrado, aplicando uma leve e firme pressão.**
- Coloque as mãos ao lado do corpo e não se mexa até a medição estar concluída.
- Se se colocar sobre o prato da balança antes de visualizar a indicação "0.0", o visor apresentará a mensagem "Error" (erro) e não obterá uma leitura.
  Além disso, se não subir para o prato da balança no prazo de 60 segundos depois de visualizar a indicação "0.0", a unidade desliga-se automaticamente.
- De pé, mantenha os braços ao longo do corpo, ao mesmo tempo que se certifica que não toca nas pernas ou qualquer parte do corpo com os braços ou mãos.

2. Obtenção de leituras: processo de visualização automática

Após a medição, o visor irá apresentar automaticamente o resultado actual com a data e o guia de ícones LED pela ordem seguinte: peso ➡ % de gordura corporal (braço esquerdo) ➡ % de gordura corporal (braço direito) ➡ % de gordura corporal (perna direita) ➡ % de gordura corporal (perna esquerda) ➡ % de gordura corporal (tronco) ➡ peso.
(Consulte informações sobre o gráfico na secção "Função de gráfico diário, semanal e mensal".)Saia de cima da balança.

Nota: a unidade desligar-se-á após 30 segundos de exibição do resultado sem qualquer actividade.
Se premir qualquer botão durante a visualização do resultado actual, aparecerá a informação que se segue.

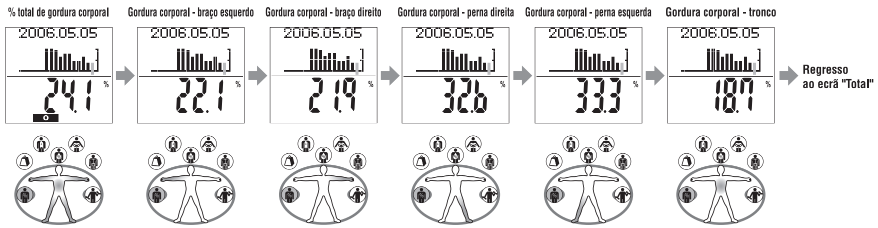
Nota: se existir uma diferença significativa entre os resultados actual e anterior, será apresentada a mensagem "SAVE?" (guardar?).
Pode seleccionar "YES" (sim) ou "NO" (não) com os botões com setas.
YES: o resultado actual será guardado.
NO: o resultado actual não será guardado.

Nota: se a sua idade atingir 100 anos ou mais, apenas será apresentado o resultado do peso. Aparecerá a mensagem "AGE ERROR" (erro de idade) no visor quando prime botões de função à excepção do botão relativo ao peso.

Nota: Para crianças (dos 7 aos 17 anos), a unidade apenas mostrará o Peso e a percentagem (%) de Gordura do Organismo.

% de gordura corporal:

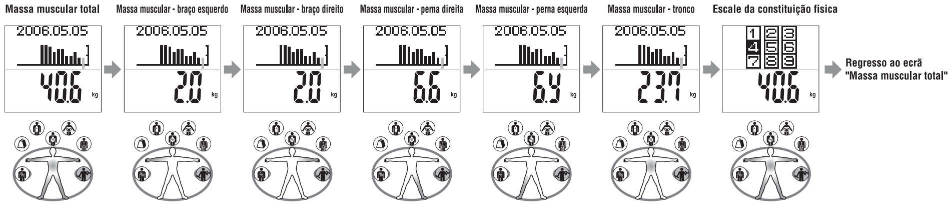
Idade aplicável: 7-99.
Prima o botão do ícone continuamente para visualizar as leituras pela ordem abaixo indicada.



Messa Muscular:

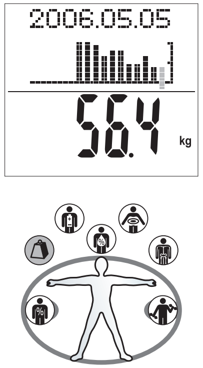
Idade aplicável: 18-99.

Prima o botão do ícone continuamente para visualizar as leituras pela ordem abaixo indicada.



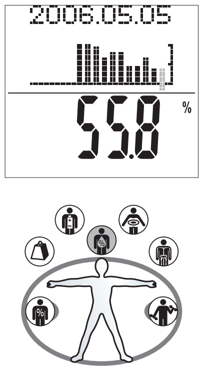
Peso

Idade aplicável: 7 or over.



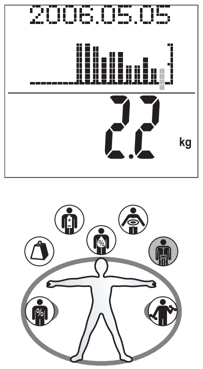
% de água do organismo

Idade aplicável: 18-99.



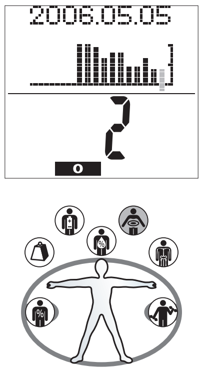
Massa óssea

Idade aplicável: 18-99.



Gordura visceral

Idade aplicável: 18-99.

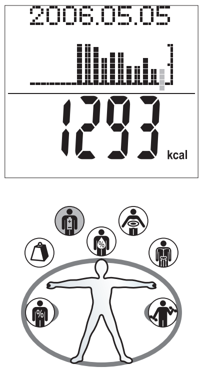


BMR & Idade metabólica

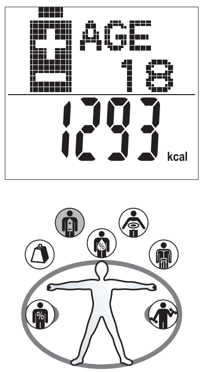
Idade aplicável: 18-99.

Ao premir este botão os ecrãs apresentados a baixo são exibidos pela ordem apresentada. Pode premir este botão novamente para obter cada uma das leituras.

BMR



Idade metabóica



3. Função de gráfico diário, semanal e mensal

•Durante a exibição do resultado actual…

No final de uma medição, é apresentado o resultado actual e o gráfico diário.

Se premir o botão "GRAPH" (gráfico) durante a visualização do resultado actual, as indicações no visor irão mudar para gráfico diário ➡ semanal ➡ mensal. Utilize o botão ▲ ou ▼ para regressar ao resultado anterior.

•Com a balança desligada…

Se premir o botão do seu número pessoal seguido do botão "GRAPH" com a balança desligada, o visor apresentará o gráfico diário com o resultado mais recente.

Se premir o botão "GRAPH" novamente, as indicações no visor irão mudar para gráfico diário ➡ semanal ➡ mensal e regressar novamente ao gráfico diário. Utilize o botão ▲ ou ▼ para regressar ao resultado anterior.

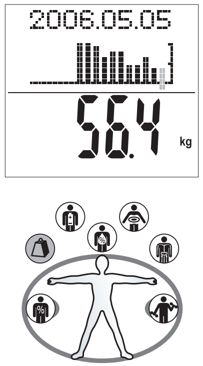


Gráfico diário

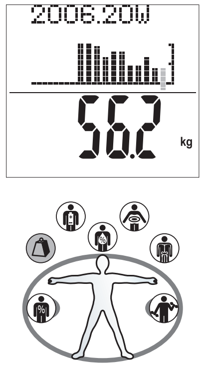


Gráfico semanal

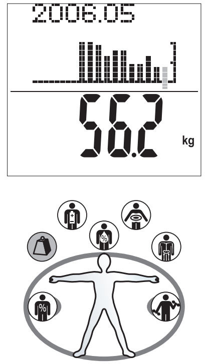
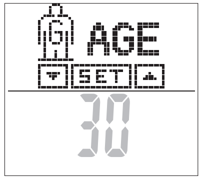


Gráfico mensal

Nota:

- O gráfico apresentará a data do calendário para o gráfico diário, 52 semanas para o gráfico semanal e 36 meses para o gráfico mensal.
- Caso não existam dados de pesquisa, o botão GRAPH não pode ser utilizado.
- Se pretender desligar a unidade antes da desactivação automática, prima o botão OFF (desligar).
- Se alterar a sua data de nascimento e o sexo nos dados pessoais, os seus dados de pesquisa serão apagados.

PROGRAMANDO MODO CONVIDADO

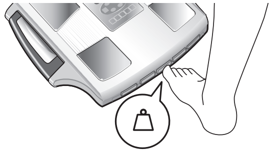


O modo Convidado permite-lhe efectuar uma leitura para um novo utilizador sem perder os dados pessoais armazenados numa memória pessoal.
Prima o botão ▲ **;** depois siga o processo habitual para introduzir os dados pessoais.
Introduzir: idade, sexo e altura.

Nota: se você subir na plataforma antes de aparecer “0.0”, o mostrador mostrará “Error” e você não obterá a leitura.

Nota: Idade aplicável: 7-99.

SOMENTE A LEITURA DO PESO



Tecla de selecção de apenas peso

Com o dedo do pé, toque na tecla de peso apenas. Após 2 ou 3 segundos, aparecerá "0.0" no visor e a unidade emitirá um sinal sonoro. Quando aparecer "0.0" no visor, suba para o prato da balança. Irá visualizar o valor relativo ao peso corporal. Se se mantiver no prato da balança, o visor irá piscar durante cerca de 30 segundos e depois a unidade desligar-se-á automaticamente. Se sair do prato da balança, o peso continuará a ser visualizado durante cerca de 30 segundos e depois a unidade desligar-se-á automaticamente.

LOCALIZANDO DEFEITOS

Se ocorrer seguintes problemas… então…

- **Aparece um formato errado de Peso seguido de kg, lb ou st-lb.**

  Consulte "Alterando a unidade de medida de peso" na pág. 51.

- **Aparece “Lo” no mostrador, aparecem todos os dados, e desaparece imediatamente.**

  As pilhas estão fracas. Quando essa mensagem aparece, substitua as baterias imediatamente, pois pilhas fracas afetam a precisão da sua medida. Troque todas as baterias ao mesmo tempo com novas pilhas pequenas.
  Nota: suas configurações não serão apagadas quando você remove as pilhas.

- **É visualizada a indicação "NO RECORD" (nenhum registo) no visor.**

  Os seus dados pessoais não foram programados. Siga as instruções de programação apresentadas na p. 52.

- **Aparece “Error” durante a medição.**

  Suba na plataforma com o mínimo de movimento.
  Se o aparelho detectar o movimento, ele pode não medir precisamente o seu peso.
  A porcentagem da gordura de corpo é mais de 75%, leituras não pode ser obtido da unidade.

- **Não aparece a porcentagem da gordura do organismo, ou aparece “----” após a medição do peso.**

  Certifique-se de que suas meias foram retiradas e que a sola do seu pé está limpa e apropriadamente alinhada com os guias da plataforma de medição.

- **É visualizada a indicação "Loading…" (a carregar) no visor.**

  Os dados estão a ser carregados. Aguarde um momento.

- **Aparece “OL” durante a medição.**

  A leitura não pode ser obtida se a capacidade de peso for excedido.

- **É visualizada a indicação "AGE ERROR" (erro de idade) no visor.**

  Se tiver programado a data errada e a sua idade tiver um valor negativo, é apresentada a mensagem "AGE ERROR" no visor depois de premir a tecla pessoal.
  Se a sua idade atingir 100 anos ou mais, apenas será apresentado o resultado do peso.